

باللغة العربية
Edition La Plume
خاص بالمقبلات
Samira
1
ناجحة و مضمونة
100%
خطوة بخطوة
cuisine4arabe
متعة... المشاركة
Edition La Plume
الإيداع القانوني : 2453-2010
ر.د.م.ك : 978-9947-27-099-8
31، شارع وزان محمد برج الكيفان
الجزائر
هاتف/ فاكس : 03 11 21 021
99 33 20 021
نشر الريشة، الجزائر
حقوق الترجمة، الإقتباس،
التقليد محفوظة في كل بلد
كل محتويات الكتاب لا يمكن
تقليدها لأغراض تجارية
دون موافقة المؤلف.
6 130663 000070

الفهرس


2 أجنحة الدجاج باني بالكاري

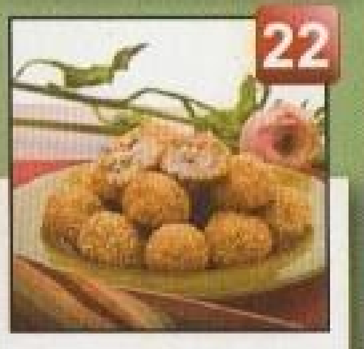

4 كورنيات بالجمبري


6 هامبرغر صغير بالدجاج

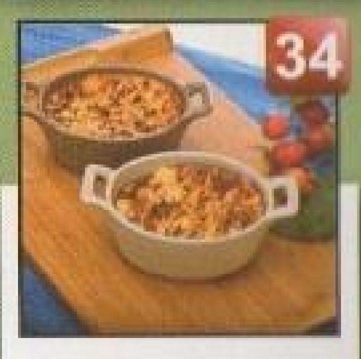

8 الفاريتاس


18 كروكات بالجمبري


20 بورصات بأبيض الدجاج


22 كريات بالجمبري و التوابل


24 كعيكعات بالجبن


34 سوفلي بالتونة

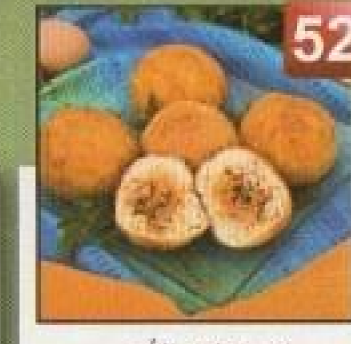

36 باتي اللمجة


38 تاوست بشرائح الصول ومزيج الزيتون


40 سلطة الأفوكا


48 كروك السيدة

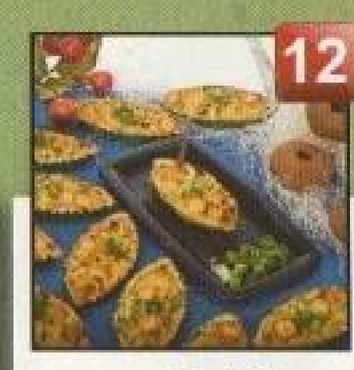

50 سوفلي بالجبن


52 كروكات الأرز باللحم المرحي

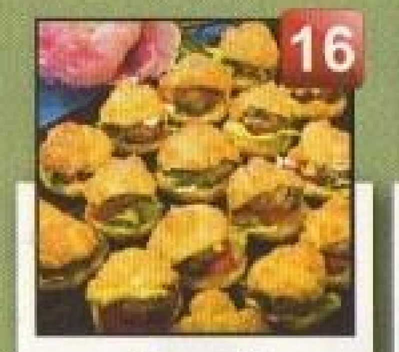

54 ملفوف الباذنجان بالديك الرومي المرحي

خاص بالمقبلات


10 كروكات البطاطا بالسمك

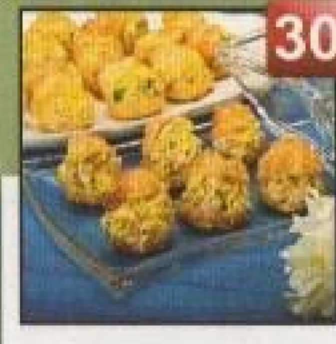

12 باركات بالجمبري و الكراب


14 مولات صغيرة بالتشكشوكة


16 شو بورغر


26 فلفل أحمر حلو ملفوف باللحم المرحي

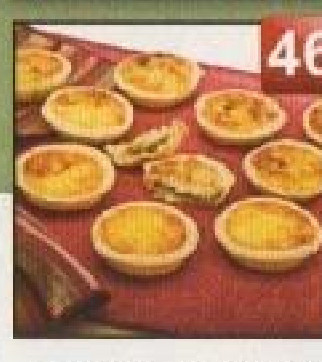

28 كروكات البطاطا باللحم المرحي

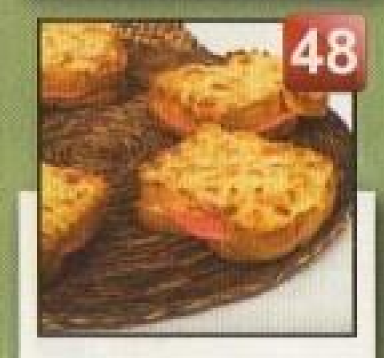

30 شو ميموزا


32 تارتات صغيرة بالفقاع و الكريمة الطازجة

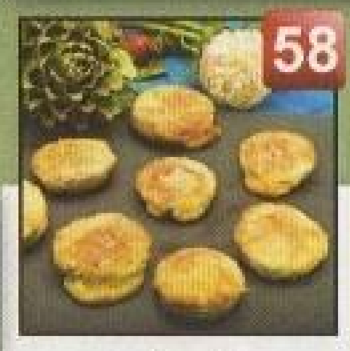

42 كريب محشية بالسبانخ


44 ملفوف السبانخ


46 تارتات صغيرة بالبصل


48 كروك السيد


56 كريب محشية باللحم المرحي

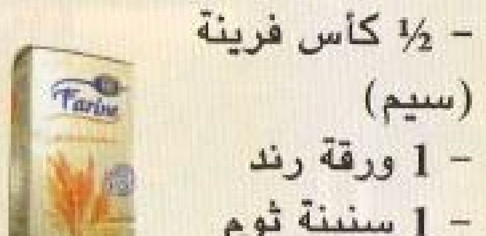

58 سوفلي بالقرنون


60 بيتزا صغير



أجنحة الدجاج باني بالكاري

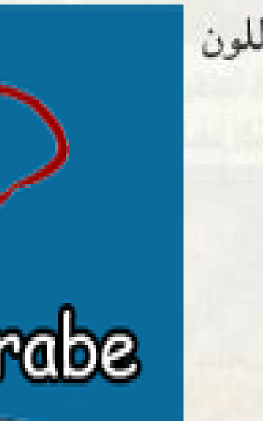
- 6 أجنحة دجاج
- 1 بيضة
- ½ كأس خبز يابس مرحي
- ½ كأس ماء
- ½ كأس فرينة (سيم)
- 1 ورقة رند
- 1 سنينة ثوم
- كاري
- 1 ملعقة كبيرة زيت
- فلفل أسود
- ملح
- زيت للقلي







1- حضري المقادير اللازمة.
2- بواسطة سكين، قطعي الأجنحة على اثنين ثم ارفعي اللحم للحصول على شكل فخذ.
3- في طنجرة، أفرغي الماء ثم أضيفي 1 ملعقة كبيرة زيت، سنينة الثوم، ورقة الرند، الملح و الفلفل الأسود.
4- أضيفي أجنحة الدجاج و اتركيها تطهى حتى تتشرب الماء كليا. بعد الطهي، قطريها ثم ذريها بالكاري.
5- رمديها بالفرينة.
6- إغطسيها في البيضة المخفوقة.
7- رمديها بالخبز اليابس المرحي.
8- في مقلاة، إقلي أجنحة الدجاج حتى تكسب اللون الذهبي.

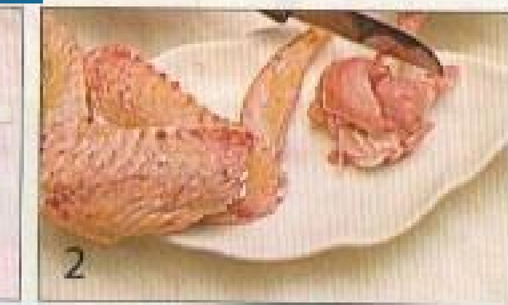






















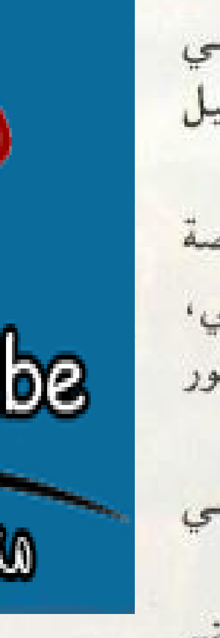
كورنيات بالجمبري

- 250 غ عجينة مورقة (أنظر الصفحة 62)
- 1 بيضة مخفوقة
- صلصة البيشاميل (أنظر الصفحة 63)
- 100 غ جبن مبشور

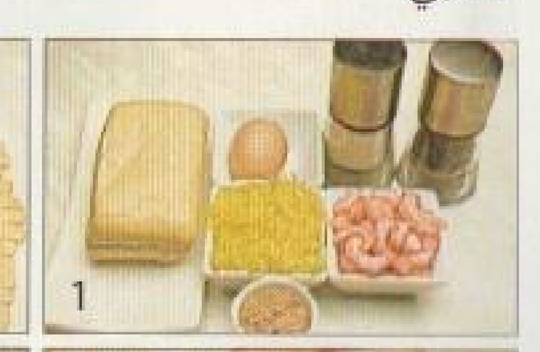
الحشو :
- جوزة الطيب
- 250 غ جمبري مقشر
- 1 ملعقة كبيرة زبدة
- فلفل أسود
- ملح



1- حضري المقادير اللازمة.
2- على طاولة عمل مرشوشة بالفرينة، أبسطي العجينة ثم قطعي شرائط عرضها 1 سم.
3- لفي شريطا من العجينة حول قالب حديدي على شكل كورنيه مدهون بالزيت (قمع).
4- واصلي العملية دون الوصول إلى حافة القالب.
5- بواسطة ريشة، إطليها بالبيض المخفوق ثم اطهيها في الفرن مدة 20 دقيقة حتى تكسب الكورنيات اللون الذهبي.
6- في مقلاة، حمسي الجمبري في الزبدة مع القليل من الملح و الفلفل الأسود.
7- في وعاء، أخلطي صلصة البيشاميل، الجمبري المطهي، نصف كمية الجبن المبشور و القليل من جوزة الطيب.
8- بعد الطهي، إنزعي الكورنيات من القوالب.
9- إملئيها بالحشو المحضر ثم اغطسي قمة الكورنيات في الجبن المبشور المتبقي.







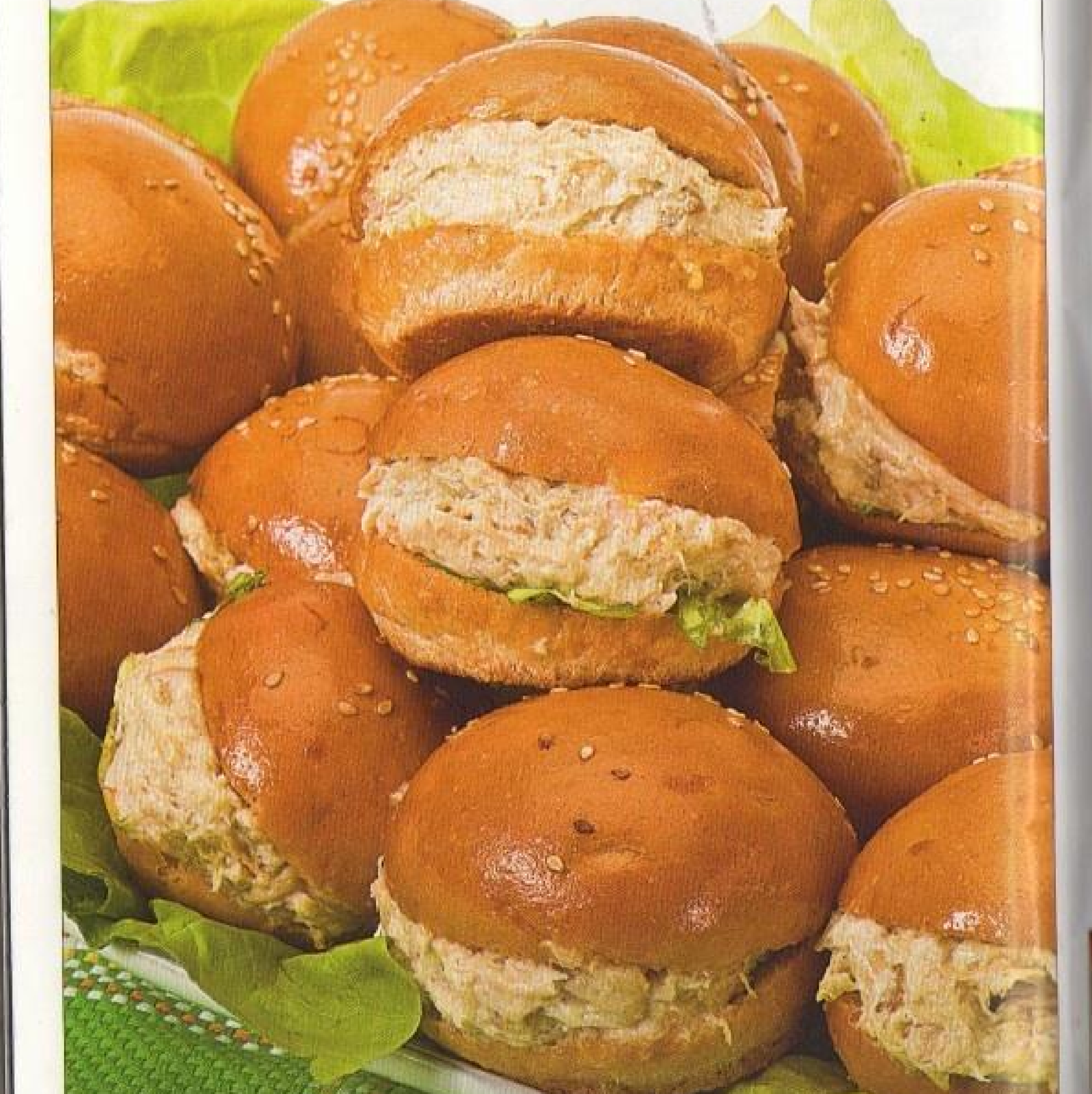










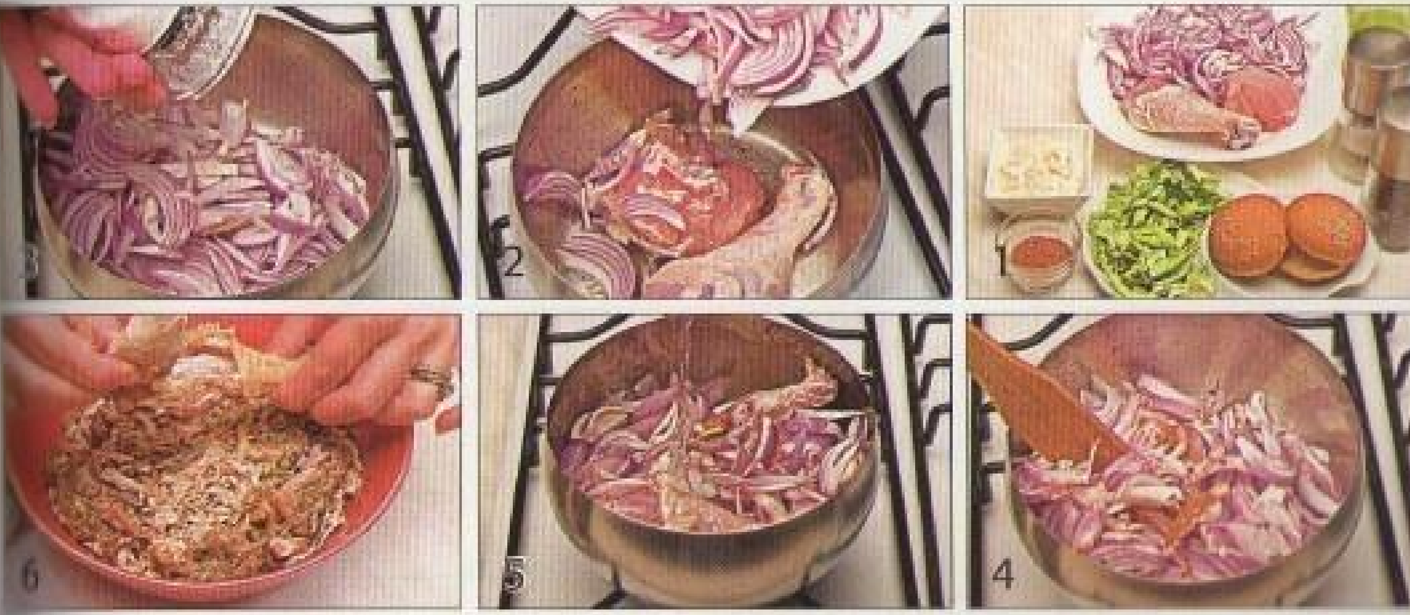


هامبرغر صغير بالدجاج

- 20 هامبرغر صغير
- 1 أبيض دجاج
- 1 فخذ دجاج
- 4 بصل
- فلفل أسود، ملح
- قرفة
- مايونيز
- 4 ملاعق كبيرة زيت
- خس

1- قشري البصل و قطعيه إلى شرائح .
2- في طنجرة، أفرغي الزيت ثم ضعي الدجاج و البصل.
3- أضيفي الملح، الفلفل الأسود و القرفة.
4- بواسطة ملعقة خشبية مسطحة، حسي الكل جيدًا.
5- أفرغي ½ كأس ماء و اتركيه يطهى جيدًا حتى يتبخر السائل كليا.
6- في وعاء، ضعي البصل المطهي و فتتي عليه الدجاج.
7- أضيفي ملعقتين كبيرتين من المايونيز و اخلطي الكل جيدًا.
8- إفتحي حبات الهامبرغر الصغيرة ثم اطليها بالقليل من المايونيز.
9- ضعي عليها ورقة من الخس و عليها خليط الدجاج.
قدميها في الحين.

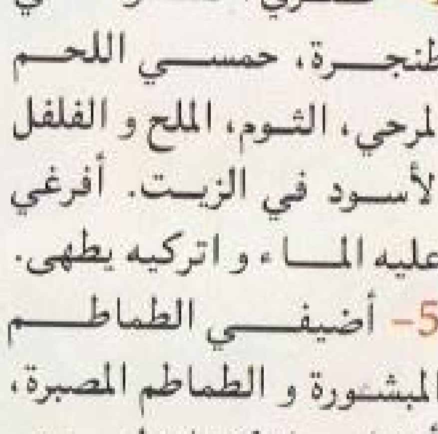




الفاريتاس

الخبز :
- 400 غ فرينة (سيم)
- 1 ملعقة كبيرة زيت
- ½ ملعقة صغيرة ملح
- 1 كأس ماء
- ½ ملعقة صغيرة خميرة الخبز

الحشو :
- 200 غ لحم مرحي
- 2 سنينات ثوم
- 2 ملاعق كبيرة زيت
- ½ كأس ماء
- فلفل أسود، ملح
- 3 طماطم مبشورة
- 1 ملعقة صغيرة طماطم مصبرة
- طماطم مقطعة رقيق
- خس
- بصل مقطع رقيق
- جبن مبشور



1- حضري الخبز : حللي الخميرة في الماء الدافئ ثم أضيفي الفرينة، الملح و الزيت، أخلطي الكل جيدا حتى الحصول على عجينة. أتركيها تتخمر مدة 30 دقيقة.

2- على طاولة عمل، أبسطي العجينة بسمك 5 مم ثم قطعي دوائر.

3- في مقلاة، إطهي دوائر العجينة من الجانبين حتى تكسب اللون الذهبي.

4- حضري الحشو : في طنجرة، حمسي اللحم المرحي، الثوم، الملح و الفلفل الأسود في الزيت. أفرغي عليه الماء و اتركيه يطهى.

5- أضيفي الطماطم المبشورة و الطماطم المصبرة، أخلطي و اتركيها تطهى حتى تعقد الصلصة و يتبخر السائل كليا.

6- ضعي على كل دائرة من العجينة القليل من الخس، البصل و الطماطم، أضيفي القليل من الصلصة المحضرة.

7- أضيفي القليل من الجبن المبشور.

8- إرفعي الجانبين الواحد على الآخر.

9- ثبتيهما بواسطة الكوردون أو سوار خاص بالتزيين (تباع في الأسواق).

ملاحظة : عوض تحضير الخبز يمكنك استعمال الخبز اللبناني الذي يباع في الأسواق (خبز البيتة).





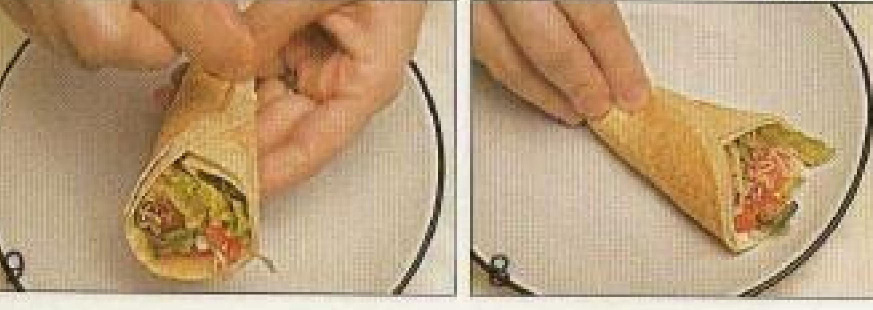














كروكات البطاطا بالسمك

- 500 غ بطاطا
- 1 صفار بيضة
- 1 ملعقة صغيرة زبدة
- 1 ملعقة صغيرة زيت الزيتون
- 2 سنينات ثوم مسحوق
- 150 غ شرائح الصول (سمك)
- 1 ملعقة كبيرة كريمة طازجة عاقدة
- ½ ملعقة صغيرة جوزة الطيب
- فلفل أسود، ملح للبائي :
- خبز يابس مرحي
- 2 بيض مخفوق
- فرينة (سيم)
- زيت للقلي

1- غلي البطاطا ثم قشريها و مرريها في الطاحونة اليدوية، أخلطيها مع الزبدة.

2- في مقلاة، إطهي شريحة الصول مع الثوم المسحوق في زيت الزيتون مع القليل من الملح و الفلفل الأسود. بعد الطهي، فتتيها.

3- في وعاء، ضعي البطاطا المرحية، صفار البيضة، الكريمة الطازجة، جوزة الطيب، الملح، الفلفل الأسود و شريحة الصول المطهية و المفتتة.

4- بواسطة ملعقة خشبية مسطحة، أخلطي الكل جيدًا.

5- شكلي كريات بيضوية الشكل ثم رمديها بالفرينة.

6- إغطسيها في البيض المخفوق.

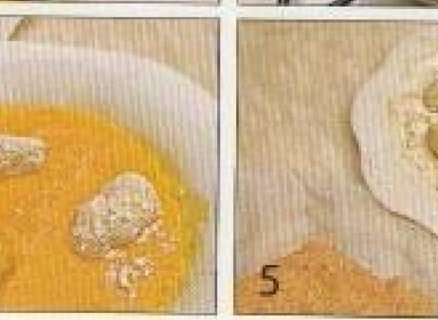
7- رمديها بالخبز اليابس المرحي ثم ضعيها في الثلاجة.

8- في مقلاة، سخني الزيت ثم إقلي الكروكات حتى تكسب اللون الذهبي.

9- قدميها مرفوقة بالمايونيز و الليمون.

















باركات بالجمبري و الكراب

- 3 بصل أخضر
- 200 غ جمبري
- 170 غ كراب
- 3 ملاعق كبيرة حشيش مقطع
- ½ كأس صغير زيت
- 1 ملعقة كبيرة عصير الليمون
- 1 ملعقة كبيرة كريمة طازجة
- 1 قرصة ملح
- فلفل أسود
- 350 غ عجينة مورقة (أنظر الصفحة 62)
- صلصة البيشاميل (أنظر الصفحة 63)

1- في مقلاة، حمسي البصل الأخضر المقطع في الزيت.

2- أضيفي الجمبري المقشر، الملح و الفلفل الأسود.

3- في الأخير، أفرغي عصير الليمون ثم أضيفي الحشيش و اخلطي مرة أخرى.

4- في وعاء، ضعي خليط الجمبري، الكراب المقطع إلى دوائر، الكريمة الطازجة و صلصة البيشاميل.

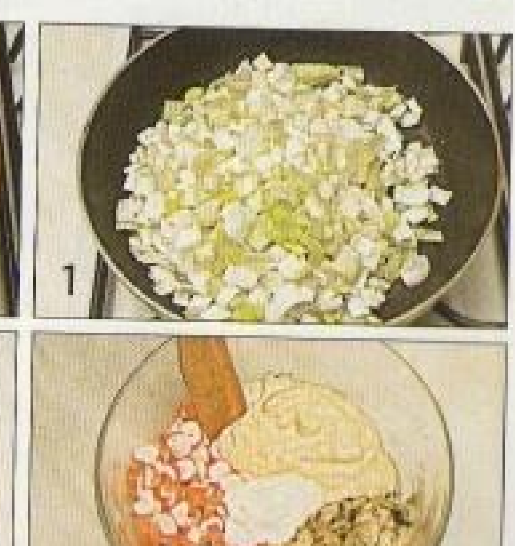
5- بواسطة ملعقة خشبية مسطحة، أخلطي الكل جيدًا.

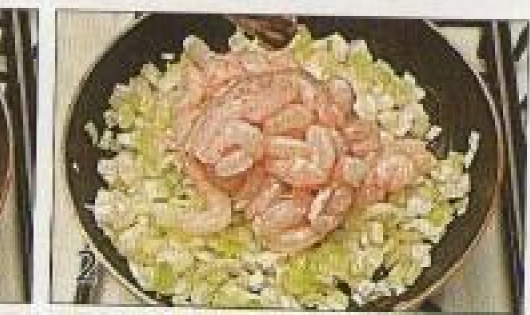
6- على طاولة عمل مرشوشة بالفرينة و بواسطة الحلال، أبسطي العجينة.

7- قطعي دوائر بواسطة مول.

8- أفرشيها في مولات البركات ثم أثقبيها بواسطة شوكة.

9- إملئيها بالخليط المحضر ثم اطهيها في الفرن مدة 10 دقائق.

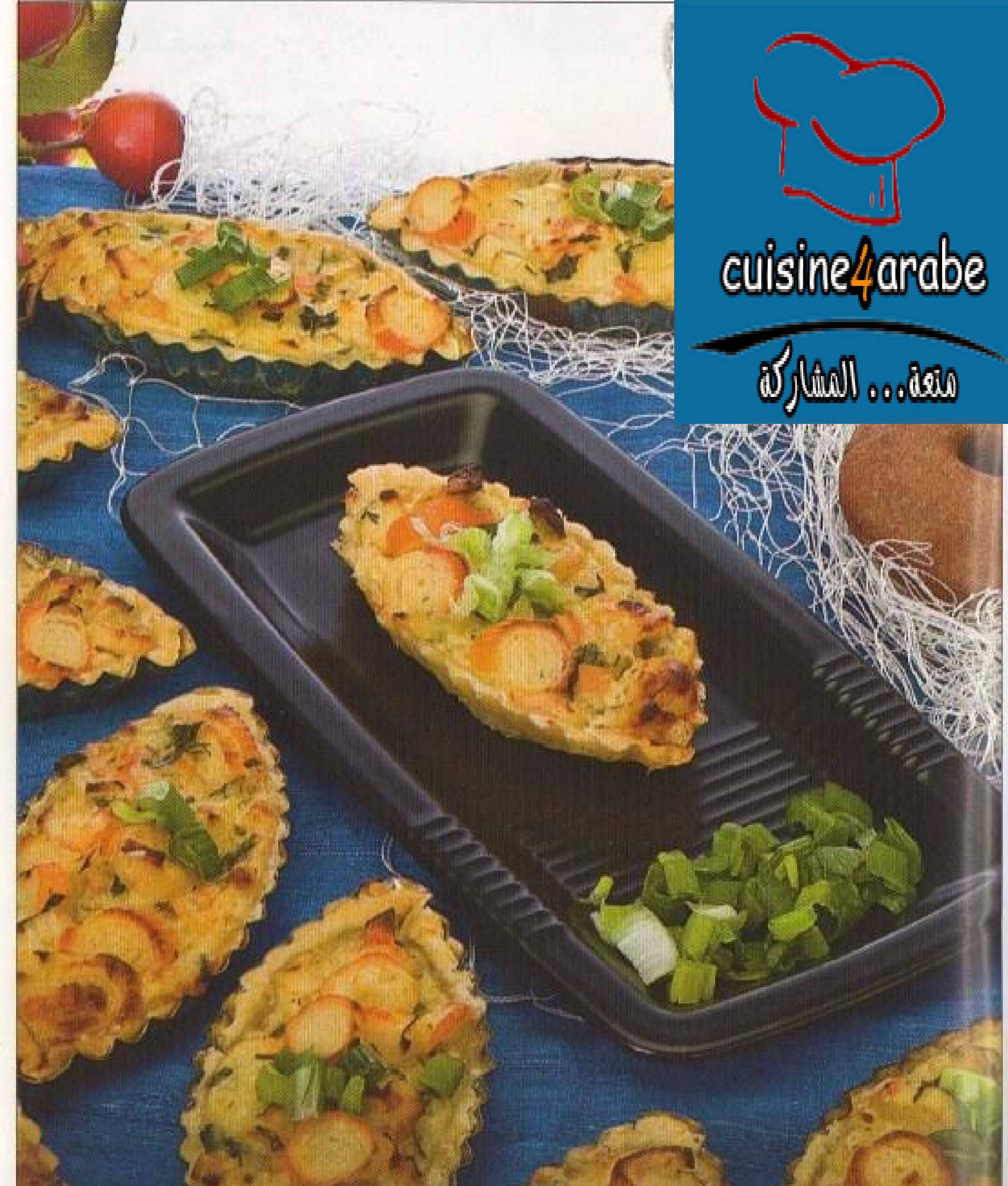










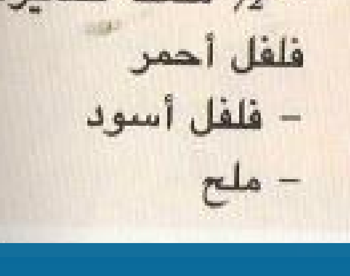






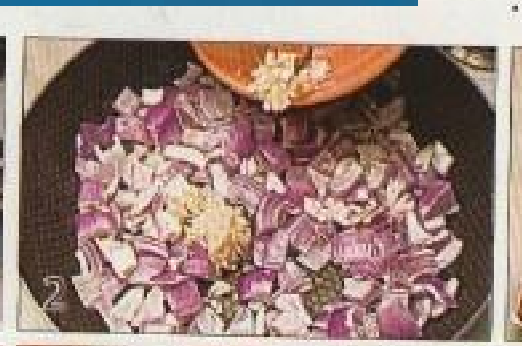
مولات صغيرة بالتشكتشوكة

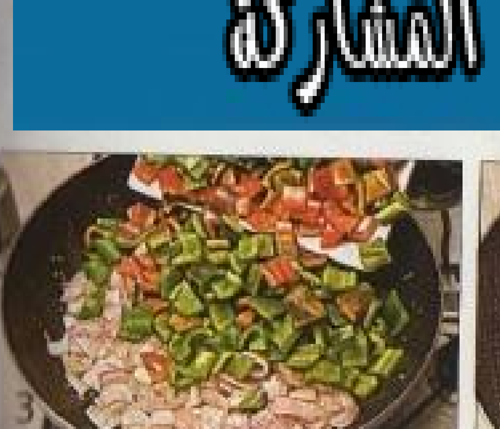
- 4 بصل
- 3 فلفل حلو أخضر
- 3 فلفل حلو أحمر
- 4 طماطم حمراء
- 1 رأس ثوم
- 6 ملاعق كبيرة زيت
- بيض
- ½ ملعقة صغيرة فلفل أحمر
- فلفل أسود
- ملح





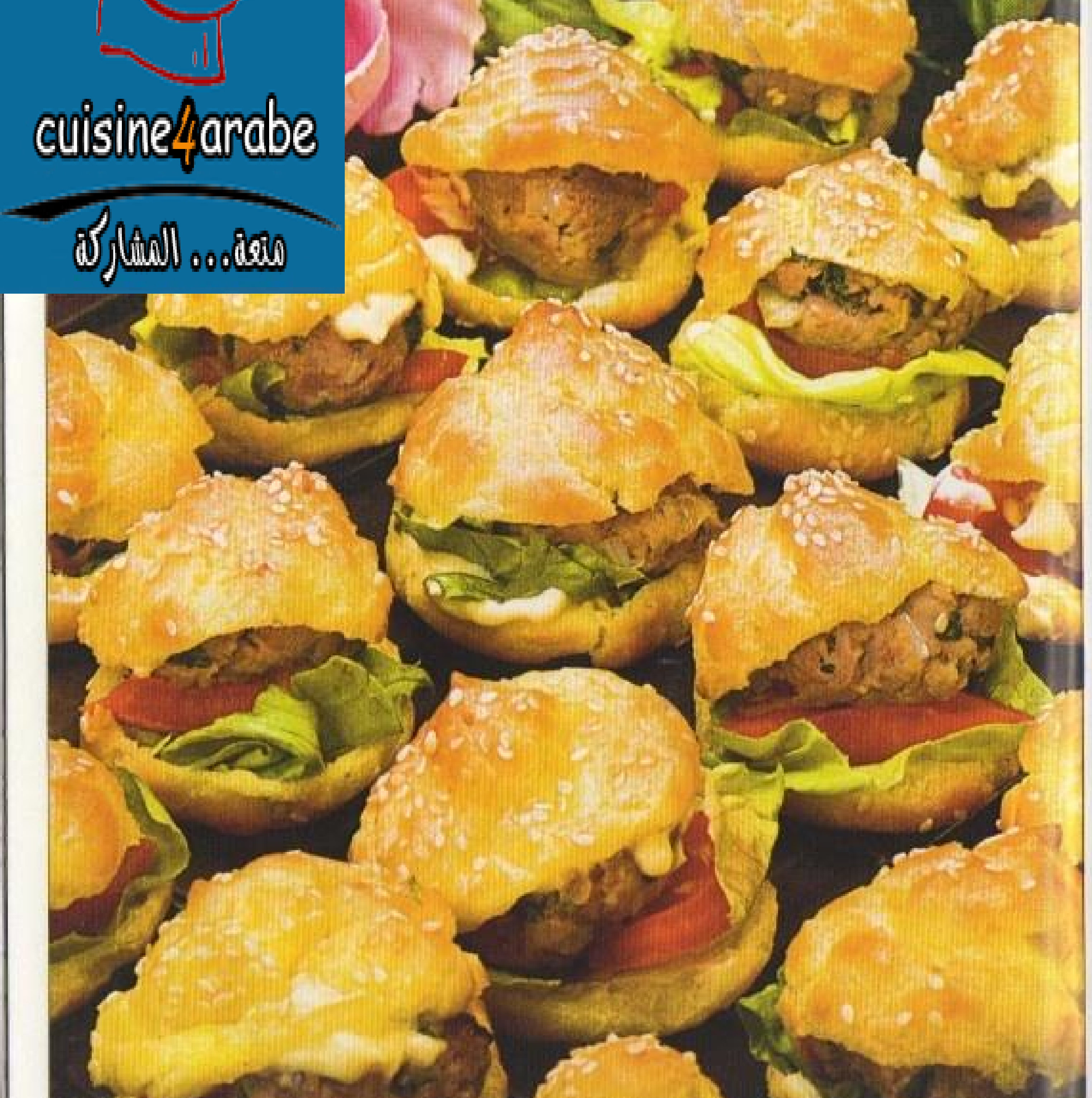
1- قطعي البصل، الطماطم، الفلفل الحلو الأخضر و الأحمر إلى قطع صغيرة.
2- في مقلاة، حمسي البصل، الثوم المسحوق، الملح و الفلفل الأسود في الزيت.
3- أضيفي الفلفل الحلو و الفلفل الأحمر، أتركيه يطهى.
4- في الأخير، أضيفي الطماطم و اتركيها تطهى مرة أخرى.
5- إملئي مولات صغيرة بالخليط المحضر.
6- كسري بيضة على كل مول صغير ثم اطهيها في الفرن.











شو بورغر

عجينة الشو :
- 100 مل حليب
- 90 غ زبدة
- 1 ملعقة كبيرة سكر مسحوق
- 1 قرصة ملح
- 3 بيض
- 100 غ فرينة (سيم)

الحشو :
- 300 غ لحم مرحي
- 1 بصلة خضراء مقطعة
- 2 سنينات ثوم مسحوقة
- معدنوس مقطع
- فلفل أسود، ملح
- 2 ملاعق كبيرة زيت أو زبدة
- 1 قطعة خبز بائت
- مايونيز
- طماطم
- خس

1- حضري العجينة : أفرغي الحليب ثم أضيفي الزبدة المقطعة إلى قطع، الملح و السكر، حركي حتى يذوب الكل.

2- عند الغلية الأولى، إنزعيها عن النار ثم أضيفي الفرينة مرة واحدة، أخلطي جيدًا.

3- ضعيها على نار هادئة مع التحريك دائما حتى يجف الخليط و يصبح متجانسا (حوالي 3 دقائق).

4- إنزعيها عن النار، ضعيها في وعاء ثم أضيفي البيض الواحدة تلوى الأخرى مع التحريك بعد كل إضافة.

5- على صينية مفروشة بالورق الكبريتي و بواسطة لابوش آدوي، ضعي كومات من الخليط المتحصل عليه.

6- إطلي السطح بالحليب ثم اطهيها في الفرن.

7- في حين، حضري الحشو : أخلطي اللحم المرحي، البصل الأخضر المقطع، الثوم المسحوق، المعدنوس المقطع، الملح، الفلفل الأسود و الخبز المغطوس في الحليب و المعصور، أخلطي الكل جيدًا ثم شكلي كريات صغيرة و اطهيها في الزيت أو في الزبدة مع بسطها نوعا ما.

8- بعد طهي حبات الشو، إفتحيها ثم ضعي المايونيز، الخس و الطماطم.

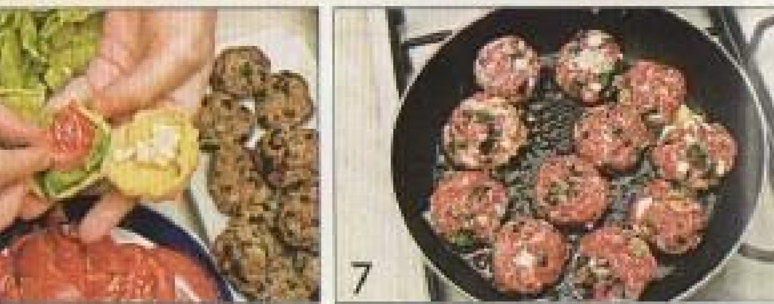
9- ضعي كرية من اللحم المرحي المطهي و قدميها في الحين.

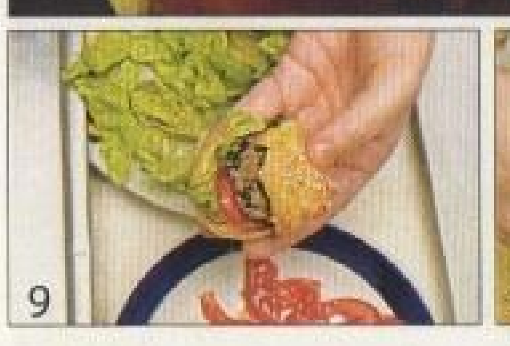






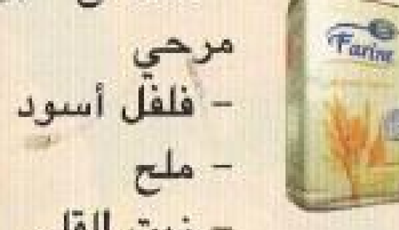








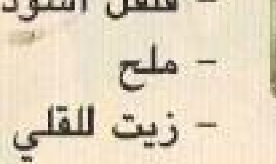
كروكات بالجمبري



- 350 غ جمبري
- 1 بصلة خضراء مقطعة
- 15 غ زبدة
- 2 بيض مخفوق

- 1 كأس صغير صلصة البيشاميل (أنظرالصفحة 63)
- 100 غ فرينة (سيم)

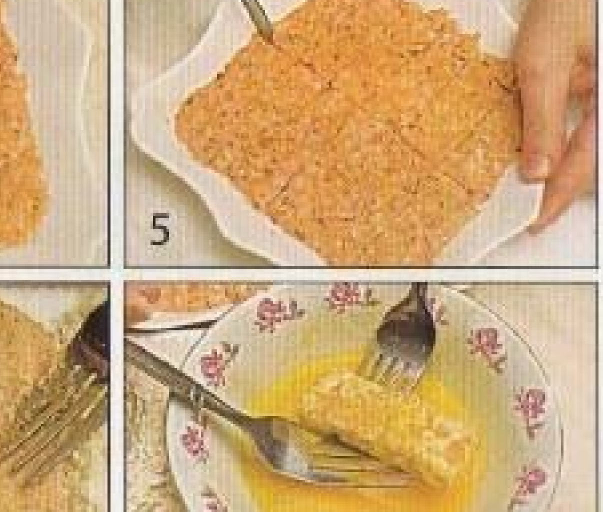


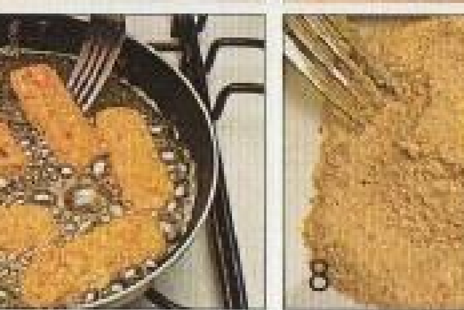


- 100 غ خبز يابس مرحي
- فلفل أسود
- ملح
- زيت للقلي

1- قشري الجمبري ثم انزعي العرق الأسود و اتركيه يجف.
2- في مقلاة ، ذوبي الزبدة، أضيفي الجمبري مع البصل المقطع، الملح و الفلفل الأسود. أتركيه يطهى مدة 5 دقائق.
3- أضيفي صلصة البيشاميل و اطهي الكل على نار قوية دون التوقف عن التحريك حتى يتبخر السائل كليا.
4- أفرغي الخليط المتحصل عليه في صحن نوعا ما عميق و ضعيه في الثلاجة مدة 30 دقيقة.
5- أخرجيه من الثلاجة ثم بواسطة سكين، قطعي قطعا على شكل مستطيلات.
6- رمديها بالفرينة.
7- إغطسيها في البيض المخفوق.
8- رمديها بالخبز اليابس المرحي.
9- في مقلاة، إقلي الكروكات من الجانبين حتى تكسب اللون الذهبي. قطريها على ورق ماص.




بورصات بأبيض الدجاج

الكريب : أنظر الصفحة 56

الحشو :

- 1 أبيض دجاج صغير
- معدنوس مقطع



- 2 سنينات ثوم مسحوقة
- 1 ملعقة صغيرة فلفل أحمر
- 3 ملاعق كبيرة زيت
- 100 غ جبن ذائب
- أوراق البسباس
- فلفل أسود
- ملح

التزيين :

- بصل أخضر

1- حضري الكريب : أنظر الصفحة 56 ثم حضري المقادير الأخرى.

2- في مقلاة، حمسي أبيض الدجاج المقطع إلى مكعبات، الثوم المسحوق، الزيت، الملح و الفلفل الأسود.

3- أفرغي ½ كأس ماء و اتركيه يطهى.

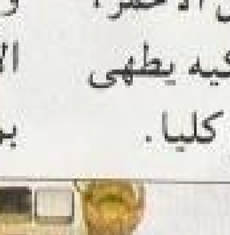
4- أضيفي الفلفل الأحمر، أخلطي جيدًا ثم اتركيه يطهى حتى يتبخر السائل كليا.

5- في وعاء، ضعي أبيض الدجاج المطهي، المعدنوس المقطع، أوراق البسباس المقطعة و الجبن الذائب، أخلطي جيدًا.

6- على صحن مسطح، أفرشي حبة كريب و ضعي القليل من الحشو المحضر في المركز.

7- إرفعي جوانب الكريب و اغلقيها بأعراف البصل الأخضر للحصول على شكل بورصة.

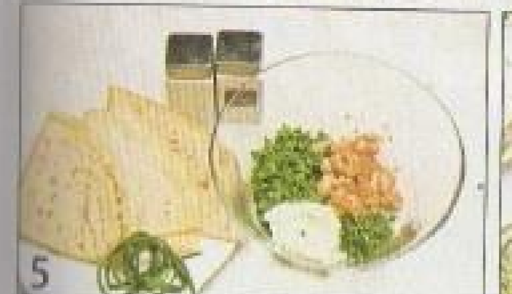
8- رتبي الكريب المحشية في صينية فرن. ضعي عليها قطعا صغيرة من الزبدة ثم اطهيها في الفرن لبضع دقائق.



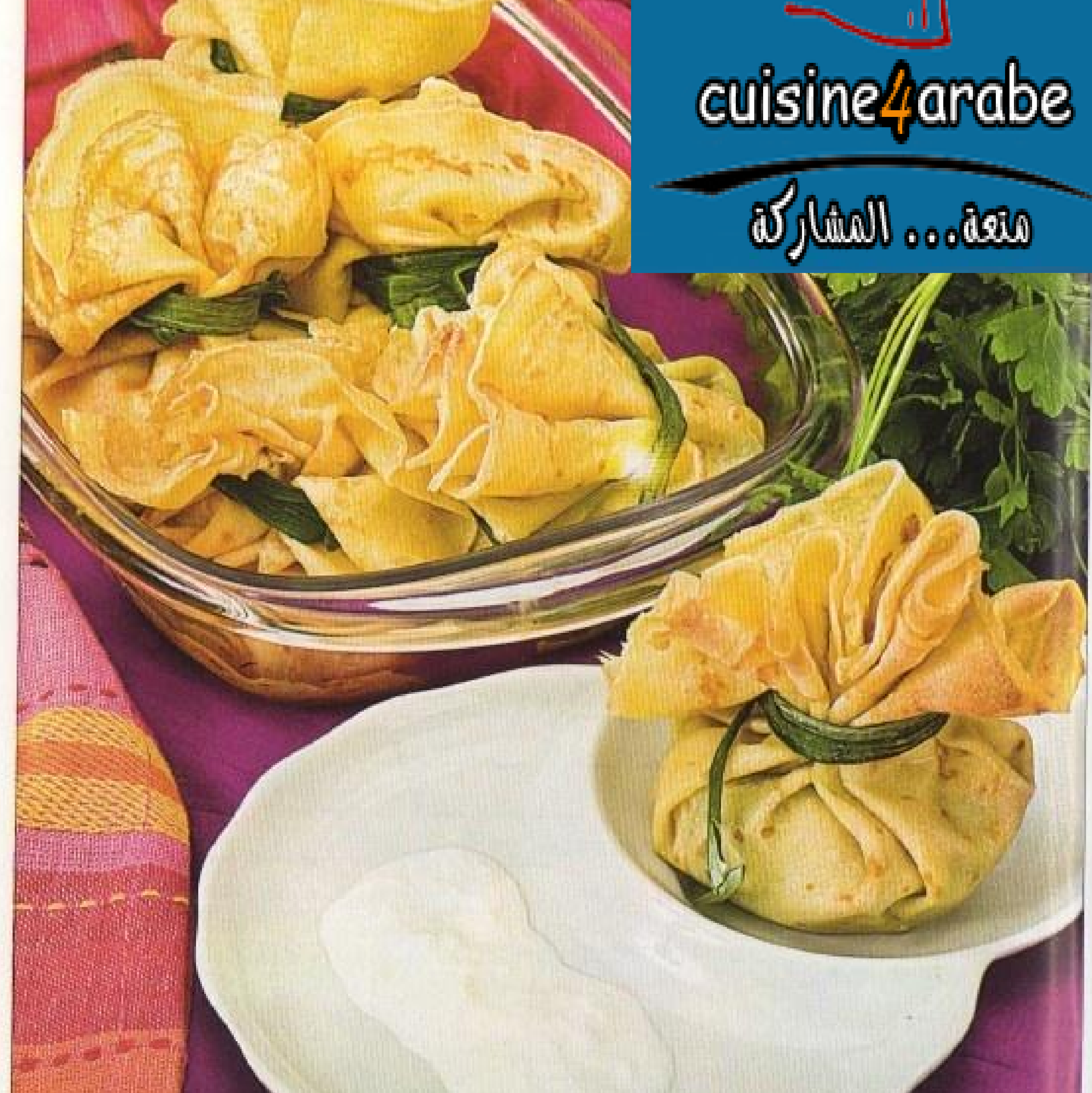

2

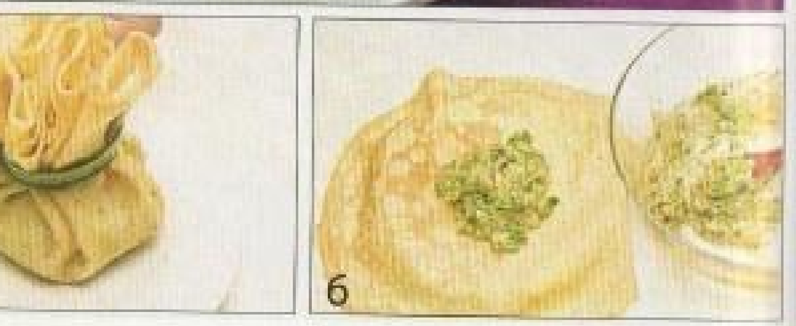












كريات بالجمبري و التوابل

- 750 غ جمبري طازج كبير
- 2 سنينات ثوم مسحوقة
- 1 سم سكنجبير طازج مقطع رقيق
- 1 ملعقة كبيرة زيت
- ¼ ملعقة صغيرة ملح
- 2 ملاعق صغيرة سكر مسحوق
- 100 غ جلجلان
- 1 ملعقة صغيرة حشيش مقطع
- 1 ملعقة صغيرة مايزينة
- ½ بياض بيضة
- زيت للقلي

1- قشري الجمبري، شلحي ظهر كل حبة جمبري بواسطة سكين صغير ثم انزعي العرق الأسود برفق بحافة السكين. جففيه على ورق ماص.

2- مرري الجمبري في الخلاط للحصول على عصيدة خشنة. ضعيها في وعاء ثم أضيفي الزيت، الثوم، السكنجبير، الملح، السكر، الحشيش و المايزينة.

3- أخلطي الكل جيدًا بواسطة ملعقة خشبية مسطحة.

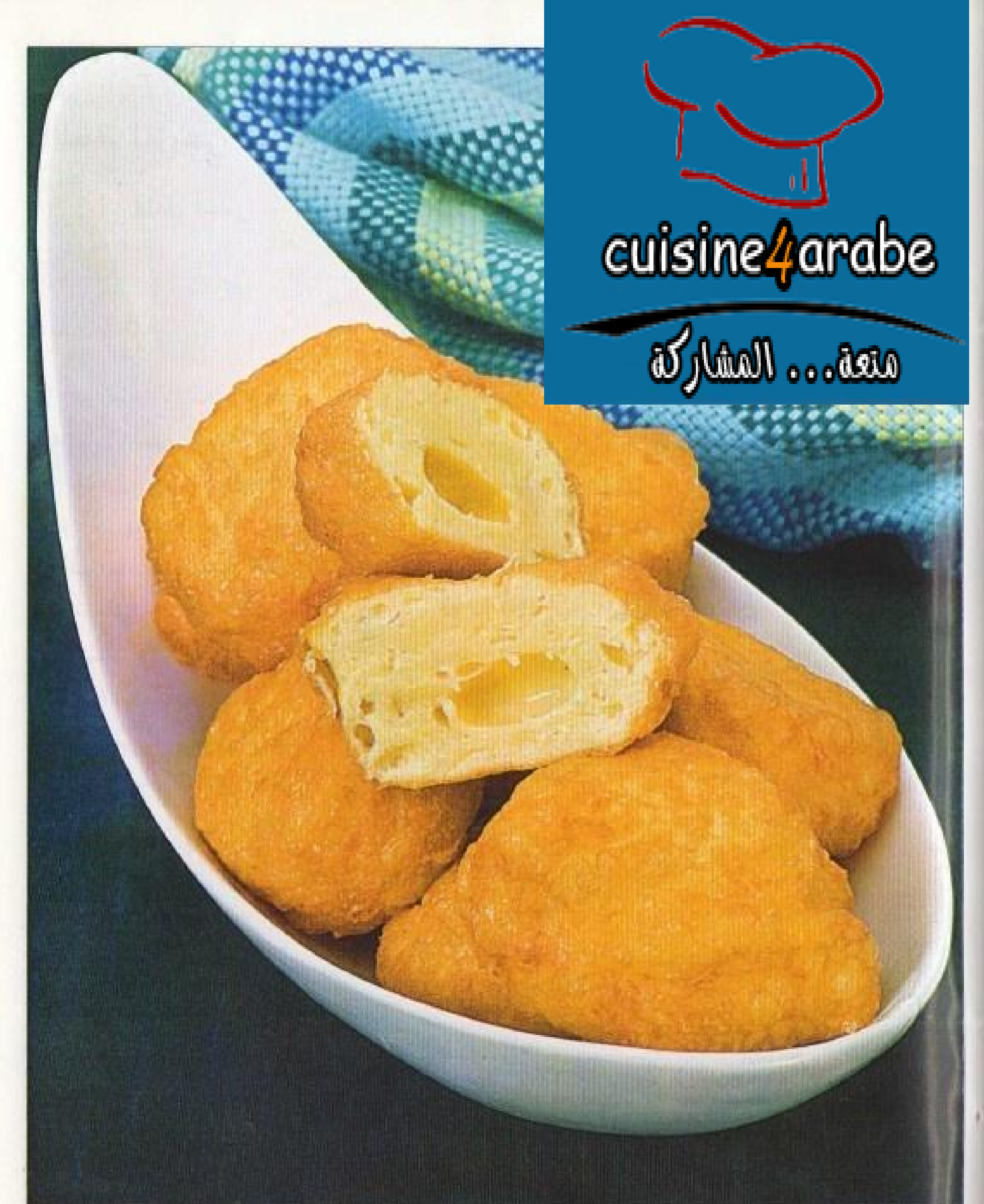
4- أضيفي بياض البيض المخفوق كالثلج و حركي برفق حتى الحصول على خليط متجانس، متماسك و سهل الإستعمال.

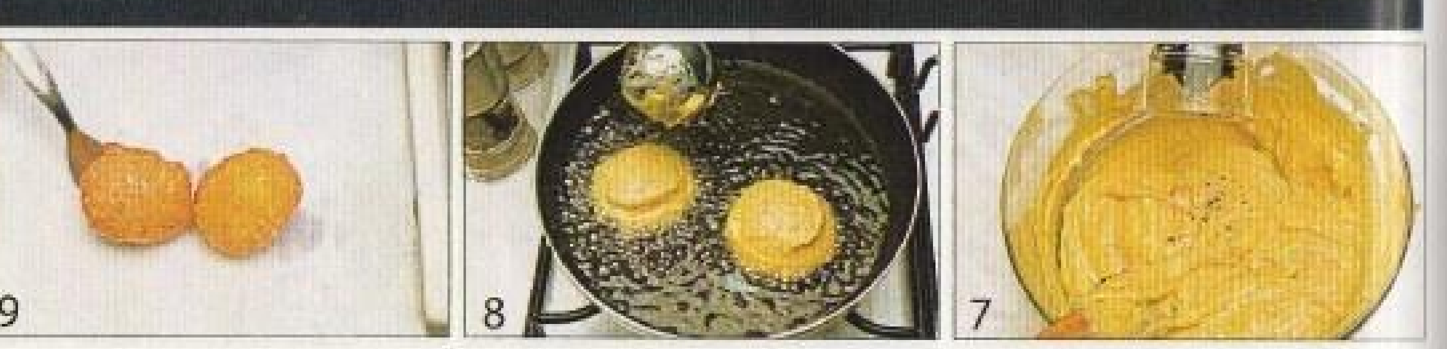
5- شكلي كريات ثم رمديها بالجلجلان، ضعيها على صينية ثم ضعيها في الثلاجة مدة 20 دقيقة.

6- سخني الزيت ثم اقلي كريات الجمبري حتى تكسب اللون الذهبي.









كعيكعات بالجبن

- 250 مل ماء
- 125 غ فرينة (سيم)
- 100 غ زبدة
- 4 حبات بيض كبيرة
- 250 غ جبن مبشور
- 1 قرصة ملح
- فلفل أسود
- زيت للقلي



1- حضري المقادير اللازمة.
2- في قدر صغيرة، أفرغي الماء، أضيفي الملح و الزبدة، ضعيها على النار حتى تذوب.
3- أضيفي الفرينة و اخلطي بسرعة بواسطة ملعقة خشبية مسطحة حتى تتنازع العجينة عن جوانب القدر الصغيرة.
4- إنزعيها عن النار ثم أفرغي الخليط في خلاط كهربائي.
5- أضيفي البيض الواحدة تلوى الأخرى و اخلطي بعد كل إضافة.
6- أضيفي الجبن المبشور و اخلطي كذلك.
7- أفرغي الخليط المتحصل عليه في وعاء ثم أضيفي القليل من الفلفل الأسود، حركي.
8- بواسطة ملعقة صغيرة، ضعي كومات من العجينة في الزيت الساخن، إقليها حتى تكسب اللون الذهبي.
9- أتركيها تقطر جيداً على ورق ماص ثم قدميها.










فلفل أحمر حلو ملفوف باللحم المرحي

- 1 كغ فلفل أحمر حلو
- 1 بصلة خضراء مقطعة
- 2 ملاعق كبيرة زيت الزيتون
- 5 ملاعق كبيرة معدنوس مقطع
- 200 غ لحم مرحي
- 1 علبة جبن الحمية
- فلفل أسود
- ملح

1- شوطي الفلفل الأحمر، قشريه ثم قطعي مستطيلات.

2- قطعي بقايا الفلفل الحلو إلى قطع صغيرة.

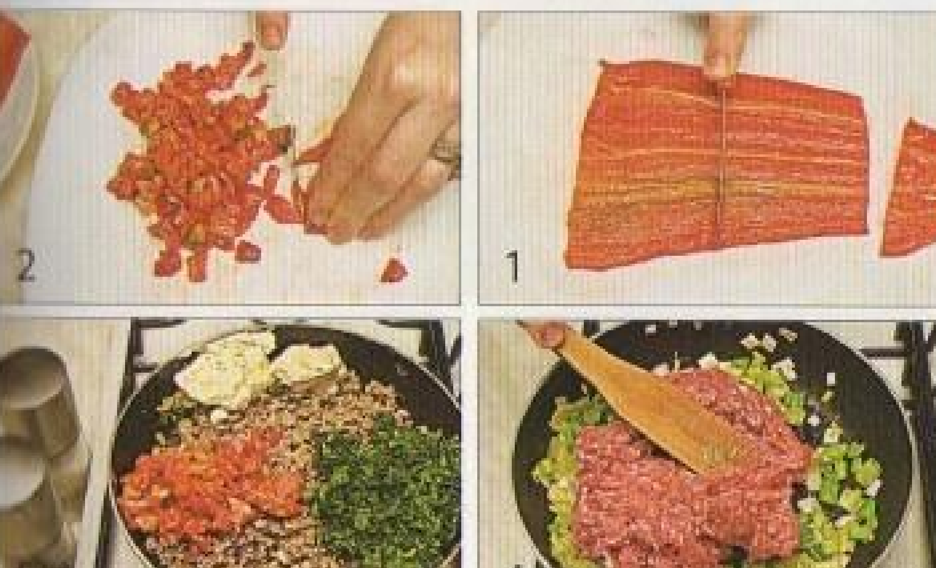
3- في مقلاة، حمسي البصل الأخضر في زيت الزيتون.

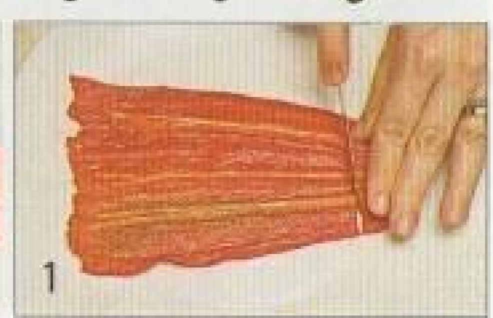
4- أضيفي اللحم المرحي و اتركيه يطهى.

5- أضيفي المعدنوس المقطع، جبن الحمية المقطر و بقايا الفلفل الأحمر الحلو المقطعة، أخلطي الكل جيدًا بواسطة ملعقة خشبية مسطحة.

6- أبسطي مستطيلا من الفلفل الأحمر الحلو، ضعي القليل من الحشو على الحافة و لفي.

7- ثبتيها بواسطة كوردون.









كروكات البطاطا باللحم المرحي

- 1,5 كغ بطاطا
- 2 ملاعق كبيرة زبدة
- 3 سنينات ثوم مسحوقة
- 1 كأس صغير فرينة (سيم)
- 2 بيض مخفوق
- 1 كأس خبز يابس مرحي
- ملح
- زيت للقلي

الحشو :

- 500 غ لحم مرحي
- 1 بيضة
- 1 بصلة مقطعة
- 1 ملعقة كبيرة خبز يابس مرحي
- 2 ملاعق كبيرة معدنوس مقطع
- ½ ملعقة صغيرة فلفل أسود
- ½ ملعقة صغيرة فلفل أحمر
- ½ ملعقة صغيرة كمون
- 1 ملعقة صغيرة زبدة
- ملح



1- قشري البطاطا، إغسليها ثم قطعيها إلى أجزاء. غليها، قطريها ثم مرريها في الطاحونة اليدوية. أضيفي الثوم، الزبدة و الملح. أتركيها على جنب.

2- في حين حضري الحشو : في وعاء، أخلطي اللحم المرحي، البيضة، البصلة، 1 ملعقة كبيرة خبز يابس مرحي، المعدنوس، الملح، الفلفل الأسود، الفلفل الأحمر، الكمون و الزبدة.

3- شكلي كريات صغيرة من الحشو و اقليها في زيت ساخن.

4- شكلي كريات متوسطة الحجم من خليط البطاطا، إحشيها بكرية من اللحم المرحي.

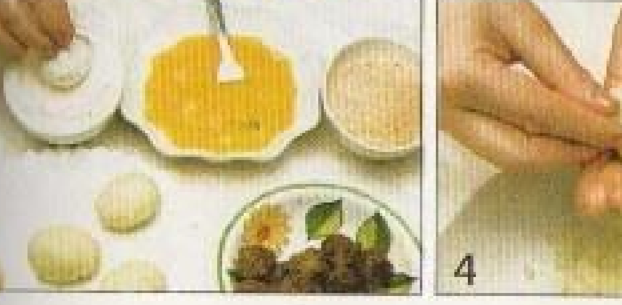
5- مرريها في الفرينة، إغطسيها في البيض المخفوق.

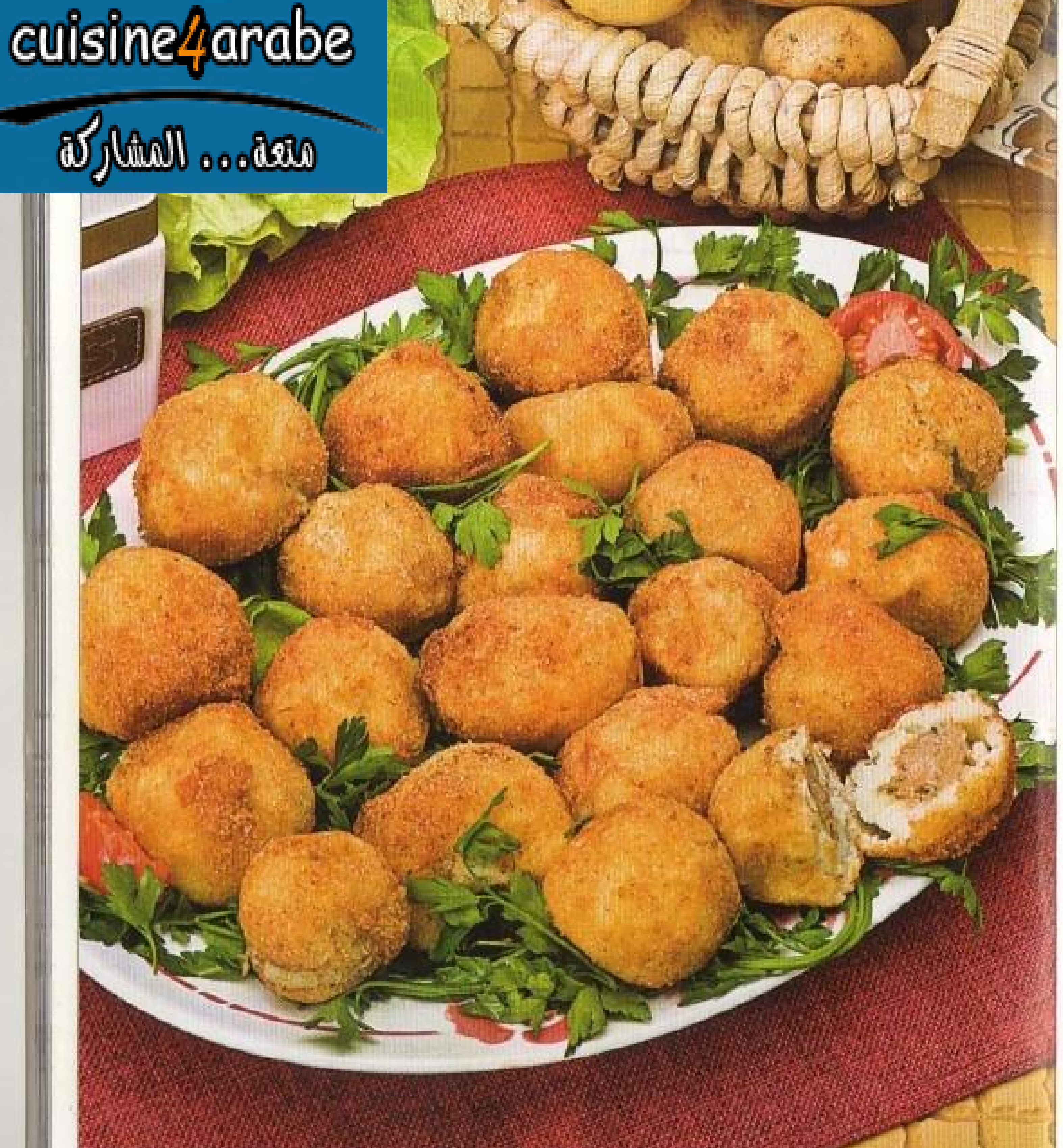
6- رمديها في الخبز اليابس المرحي.

7- إقلي كروكات البطاطا في زيت ساخن جدًا حتى تصبح ذهبية اللون. قطريها على ورق ماص ثم قدميها مرفوقة بالسلطة.

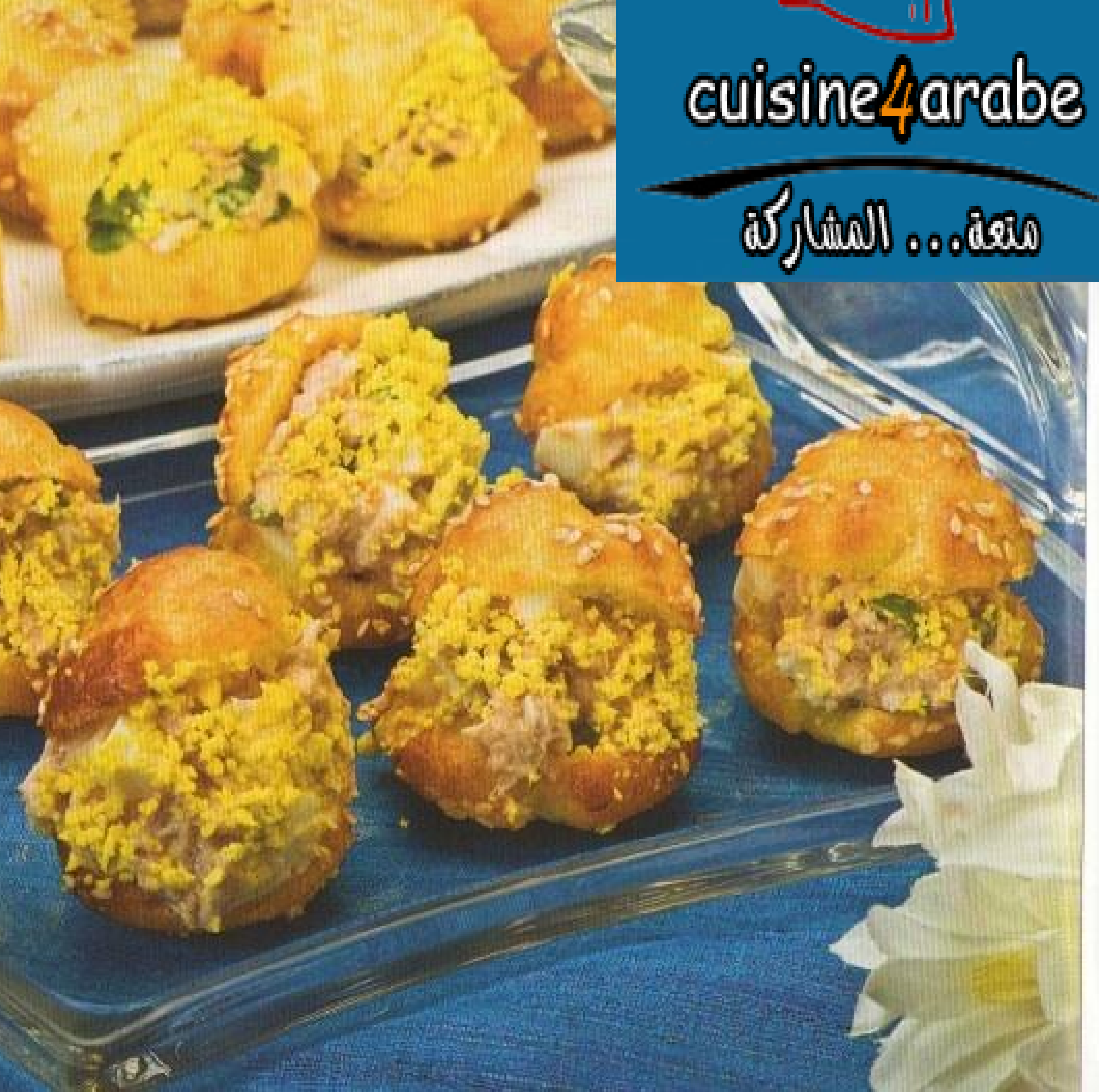
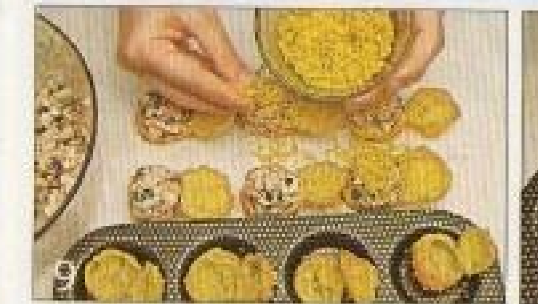


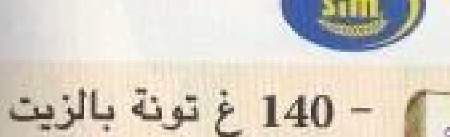




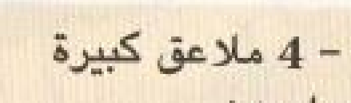


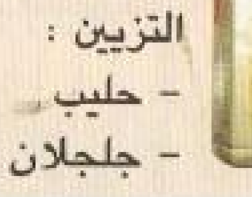




شو ميموزا



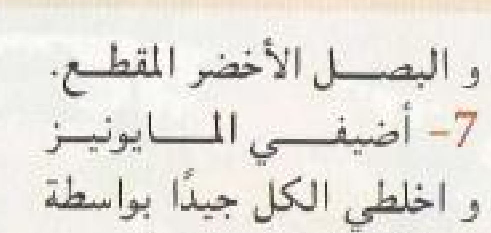





عجينة الشو :
أنظر الصفحة 16

الحشو :
- 6 بيض مسلوق
- 4 ملاعق كبيرة مايونيز
- 1 بصلة خضراء مقطعة
- 140 غ تونة بالزيت

التزيين :
- حليب
- جلجلان



1- حضري العجينة : أنظر الصفحة 16.

2- على صينية مدهونة بالزبدة، ضعي كومات صغيرة من العجينة المحضرة بواسطة لابوش آدوي.

3- بواسطة ريشة، إطلي السطح بالحليب.

4- ذريه بالجلجلان ثم اطهيه في الفرن.

5- إنزعي صفار البيض المسلوق و ابشريه ثم قطعي بياض البيض إلى قطع صغيرة.

6- في وعاء، ضعي التونة المقطرة، بياض البيض و البصل الأخضر المقطع.

7- أضيفي المايونيز و اخلطي الكل جيدًا بواسطة ملعقة خشبية مسطحة.

8- بعد طهي حبات الشو، إفتحيها بواسطة سكين.

9- إملئيها بخليط التونة ثم ذريه بصفار البيض المبشور، ضعي القبعات و قدميها في الحين.



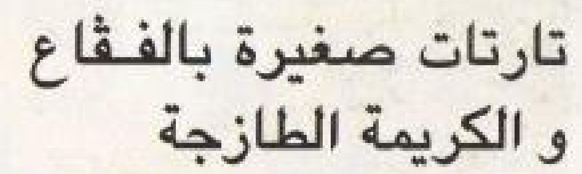






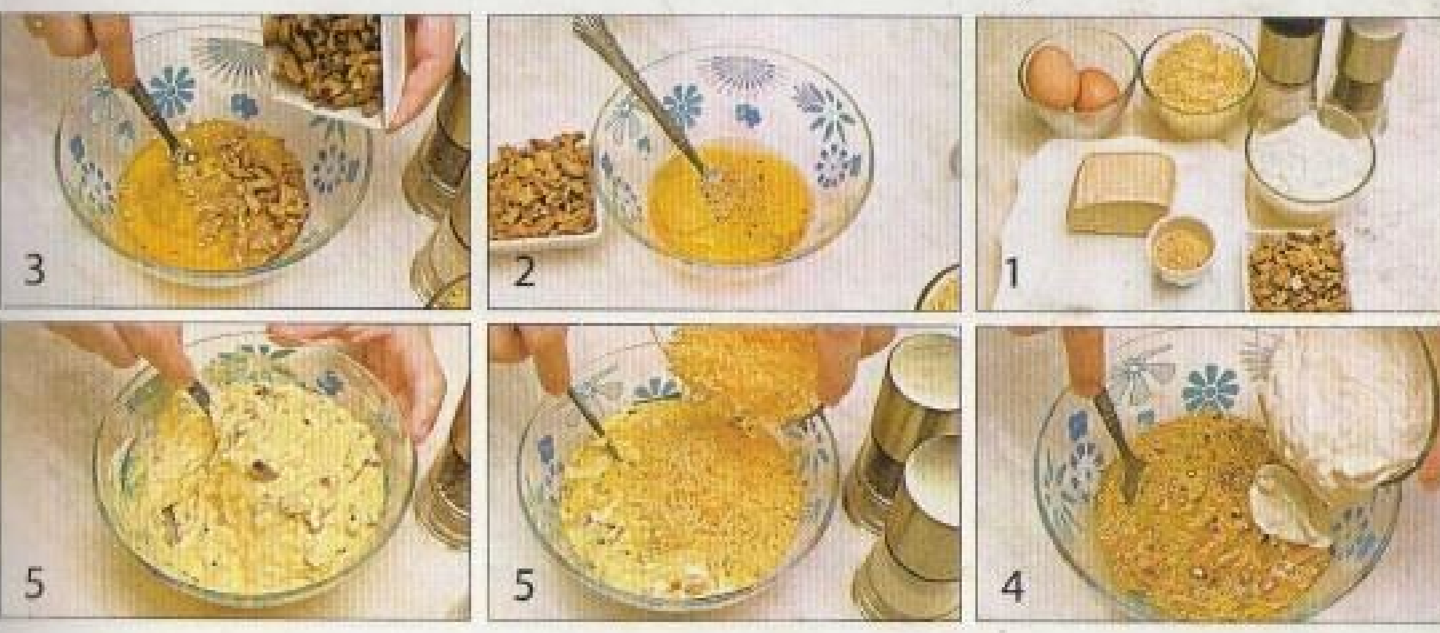

تارتات صغيرة بالفقاع و الكريمة الطازجة

- 300 غ عجينة مورقة (أنظر الصفحة 62)
- 2 ملاعق كبيرة كريمة طازجة



- 100 غ فقاع مقطع
- 150 غ غرويار مبشور
- ½ ملعقة صغيرة سكنجبير
- 2 بيض
- فلفل أسود
- ملح

1- حضري المقادير اللازمة.
2- في وعاء، أخلطي البيض، الملح و الفلفل الأسود بواسطة شوكة.
3- أضيفي الفقاع المقطع و اخلطي كذلك.
4- أضيفي الكريمة الطازجة مع الخلط دائما.
5- أضيفي نصف كمية الغرويار المبشور و اخلطي مرة أخرى.
6- في الأخير، أضيفي السكنجبير، حركي.
7- على طاولة عمل مرشوشة بالفرينة، أبسطي العجينة ثم قطعي دوائر و أفرشيها في مولات صغيرة، أثقبيها بواسطة شوكة. إملئيها بالخليط المحضر.
8- ذريها بالغرويار المبشور المتبقي ثم اطهيها في الفرن.







سوفلي بالتونة

- 500 غ صلصة البيشاميل (أنظر الصفحة 63)
- 5 بيض
- 1 ملعقة كبيرة فلفل أحمر
- 1 علبة تونة بالزيت
- 150 غ جبن مبشور
- فلفل أسود

1- حضري صلصة البيشاميل ثم حضري المقادير الأخرى.

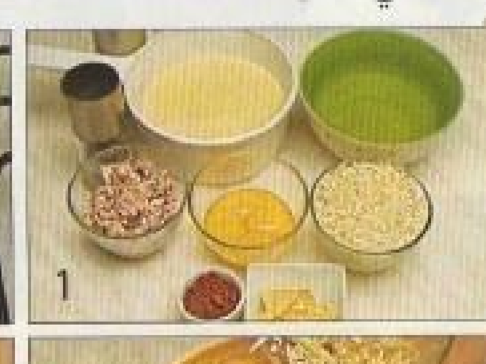
2- في قدر صغيرة و على نار هادئة، ضعي صلصة البيشاميل، الفلفل الأسود و الفلفل الأحمر، أخلطي ثم أضيفي التونة المقطرة و اخلطي مرة أخرى.

3- بعيداً عن النار، أضيفي صفار البيض و اخلطي كذلك.

4- أضيفي الجبن المبشور، أخلطي.

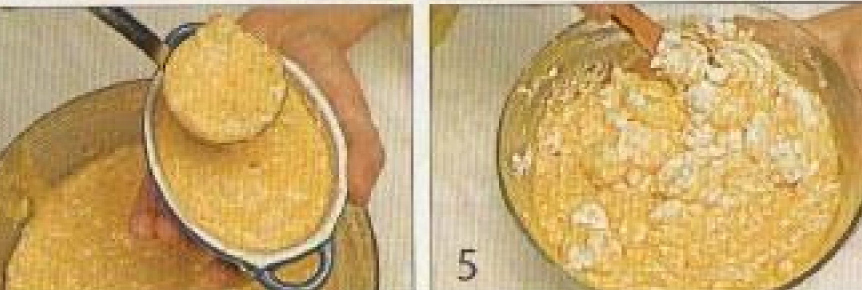
5- في الأخير، أخفقي بياض البيض كالثلج ثم أضيفيه للخليط الأول وحركي برفق بواسطة ملعقة خشبية مسطحة.

6- إملئي مولات صغيرة مدهونة بالزبدة بالخليط المحضر ثم اطهيها في فرن درجة حرارته 180° مدة 25 دقيقة حتى ينتفخ السوفلي و يكسب اللون الذهبي.












باتي اللمجة

- 300 غ عجينة مورقة (أنظر الصفحة 62)
- 200 غ ديك رومي مرحي (داند)
- 1 بصلة خضراء مقطعة
- 1 ربطة معدنوس مقطع
- 2 جزر
- ½ كأس جلبانة
- 1 ملعقة كبيرة كريمة طازجة
- 2 ملاعق كبيرة زيت
- 1 بيضة
- فلفل أسود
- ملح

التزيين :

- 1 بيضة

1- قشري الجزر ثم قطعيه إلى مكعبات صغيرة و اطهيها بالبخار. إطهي الجلبانة بالبخار أيضا.

2- في مقلاة، حمسي البصل في الزيت، أضيفي الداند المرحي، الملح و الفلفل الأسود، أتركيها على النار حتى يطهى الكل جيدًا.

3- في وعاء، ضعي الداند المرحي المطهي، الجزر المطهي، الجلبانة المطهية و المعدنوس، أخلطي الكل.

4- أضيفي البيضة و اخلطي كذلك.



5- أضيفي الكريمة الطازجة و اخلطي مرة أخرى.

6- أبسطي العجينة بسمك 3 مم، ضعي عليها حربوشا من الحشو المحضر ثم إطلي الحواف ببياض البيض.

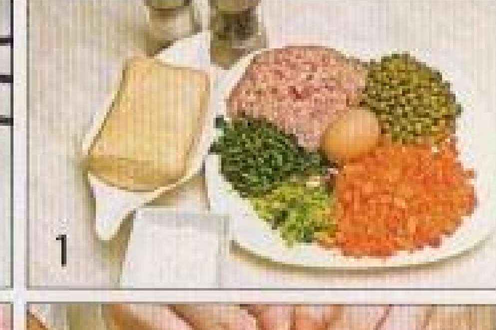
7- لفي العجينة ثلاث مرات لحماية الحشو جيدًا.

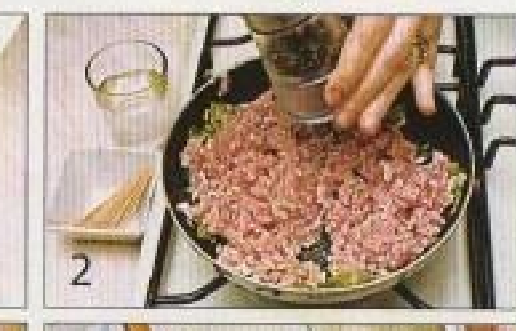
8- قطعي زائد العجينة بواسطة جرارة.

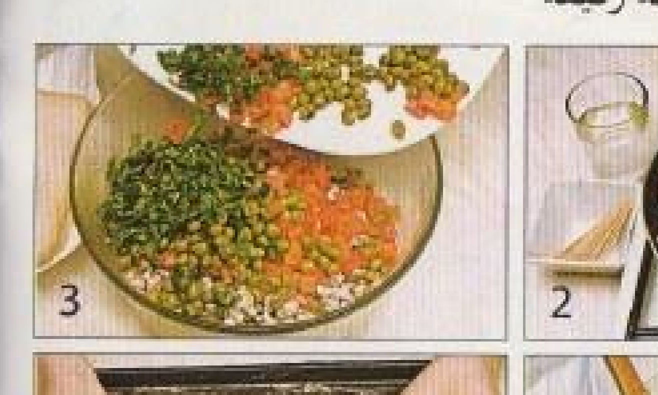
9- إطلي السطح بصفار البيض.

10- قطعي أشرطة رقيقة من العجينة ثم زيني الحربوش المحشي.

11- إطلي أشرطة العجينة بصفار البيض ثم اطهيها في الفرن.


1


2

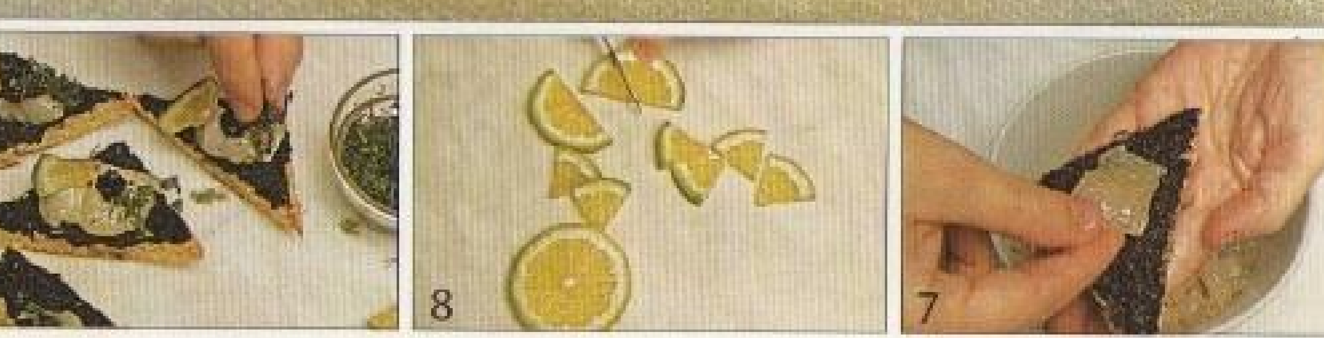

3


4


5


6





تاوست بشرائح الصول و مزيج الزيتون

- 1 شريحة صول (سمك)
- 2 ملاعق كبيرة زيت الزيتون
- 1 سنينة ثوم
- 4 شرائح لب الخبز
- 75 غ مزيج الزيتون
- أوراق البسباس
- ليمون
- فلفل أسود
- ملح

1- حضري المقادير اللازمة.
2- قطعي شريحة الصول إلى قطع صغيرة.
3- في وعاء، ضعي قطع شريحة الصول، الثوم المقطع على أربعة، زيت الزيتون، الملح و الفلفل الأسود، أخلطي و اتركيه مدة 15 دقيقة.
4- قطعي حواف شرائح لب الخبز.
5- قطعي كل شريحة على إثنين للحصول على مثلثات.
6- إطلي على كل قطعة طبقة من مزيج الزيتون.
7- ضعي قطعة من شريحة الصول على كل مثلث ثم اطهيها في الفرن.
8- قطعي الليمون إلى قطع صغيرة.
9- بعد الطهي، زيني كل مثلث بقطعة من الليمون، القليل من مزيج الزيتون و القليل من أوراق البسباس.

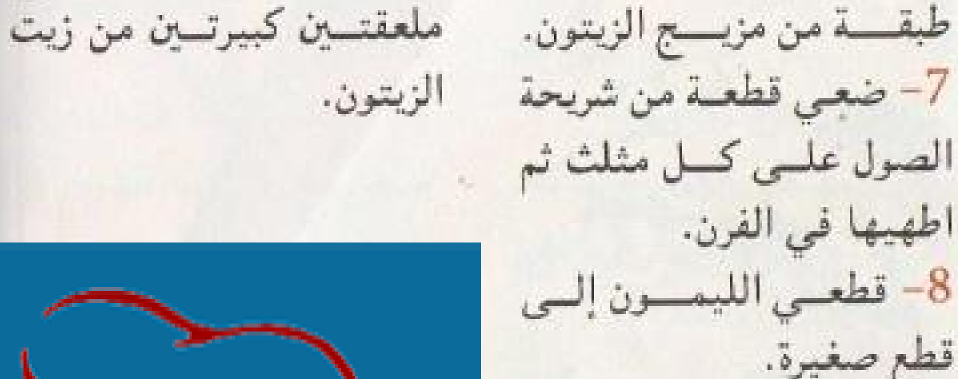
ملاحظة : لتحضير مزيج الزيتون، إرحي 200 غ من الزيتون الأسود دون علف مع ملعقتين كبيرتين من زيت الزيتون.





تاوست بشرائح الصول و مزيج الزيتون

- 1 شريحة صول (سمك)
- 2 ملاعق كبيرة زيت الزيتون
- 1 سنينة ثوم
- 4 شرائح لب الخبز
- 75 غ مزيج الزيتون
- أوراق البسباس
- ليمون
- فلفل أسود
- ملح



1- حضري المقادير اللازمة.

2- قطعي شريحة الصول إلى قطع صغيرة.

3- في وعاء، ضعي قطع شريحة الصول، الثوم المقطع على أربعة، زيت الزيتون، الملح و الفلفل الأسود، أخلطي و اتركيه مدة 15 دقيقة.

4- قطعي حواف شرائح لب الخبز.

5- قطعي كل شريحة على إثنين للحصول على مثلثات.

6- إطلي على كل قطعة طبقة من مزيج الزيتون.

7- ضعي قطعة من شريحة الصول على كل مثلث ثم اطهيها في الفرن.

8- قطعي الليمون إلى قطع صغيرة.

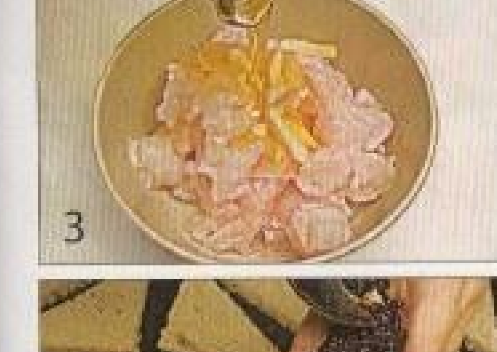
9- بعد الطهي، زيني كل مثلث بقطعة من الليمون، القليل من مزيج الزيتون و القليل من أوراق البسباس.

ملاحظة : لتحضير مزيج الزيتون، إرحي 200 غ من الزيتون الأسود دون علف مع ملعقتين كبيرتين من زيت الزيتون.
















سلطة الآفوكا

- 3 آفوكا
- 2 سنينات ثوم
- 1 بيضة مسلوقة
- 3 ملاعق كبيرة زيت الزيتون
- عصير ليمون
- معدنوس مقطع رقيق
- فلفل أسود
- ملح

التزيين :
- نعناع
- زيتون
- مايونيز
- طماطم

1- إغسلي الآفوكا و قطعيها على اثنين ثم انزعي النواة.
2- بواسطة ملعقة، إنزعي اللب.
3- في وعاء، ضعي لب الآفوكا، الثوم المبشور، الملح، الفلفل الأسود و عصير الليمون.
4- أضيفي البيضة المسلوقة و المبشورة، زيت الزيتون و المعدنوس.
5- أخلطي الكل جيدًا بواسطة ملعقة خشبية.
6- إملئي الآفوكا بالخليط المحضر.
7- زيني بالزيتون، أوراق النعناع و دائرة المايونيز أو زيني بوريدة من الطماطم.

ملاحظة : يمكنك تعويض الثوم بالبصل المقطع رقيق.





كريب محشية بالسبانخ

العجينة :
- ½ طاس فرينة (سيم)
- ½ حتى 1 ملعقة صغيرة خميرة كيميائية
- ¼ ملعقة صغيرة فلفل أسود
- 1 قرصة ملح
- 2 ربطات سبانخ مطهية بالبخار (سلق)
- 1 قرصة جوزة الطيب
- ¼ طاس غروويار مبشور
- 1 طاس حليب
- 1 بيضة مخفوقة

الحشو :
- 300 غ لحم مرحي
- 2 ربطات سبانخ مطهية بالبخار (سلق)
- فلفل أسود، ملح
- 3 بيض
- ¼ طاس حليب
- ¼ طاس جبن مبشور
- 2 سنينات ثوم
- 1 ملعقة كبيرة زيت

التزيين :
- جبن مبشور

1- حضري العجينة : في وعاء، ضعي الفرينة المغربلة، الخميرة، الملح، الفلفل الأسود. جوزة الطيب، السبانخ و الغروويار، أخلطي ثم أضيفي الحليب و البيض المخفوق.

2- أخفقي الكل جيدًا حتى الحصول على عجينة دون حبيبات. غطيها بالورق الغذائي الشفاف و اتركيها ترتاح.

3- في مقلاة مدهونة بالزيت نوعا ما، أفرغي 1 غراف صغير من العجينة ثم اطهيها من الجانبين.

4- حضري الحشو : حمسي اللحم المرحي و الثوم في الزيت مع الملح و الفلفل الأسود. أضيفي السبانخ و البيض، أخلطي ثم أفرغي الحليب و أضيفي الجبن المبشور.

5- أخفقي الكل جيدًا.

6- ضعي 5 حبات كريب الواحدة على حافة الأخرى.

7- أبسطي عليها طبقة من الحشو المحضر ثم لفي حتى الحصول على حربوش.

8- قطعي دوائر، ضعيها على صينية، ذريها بالجبن المبشور ثم اطهيها في الفرن.

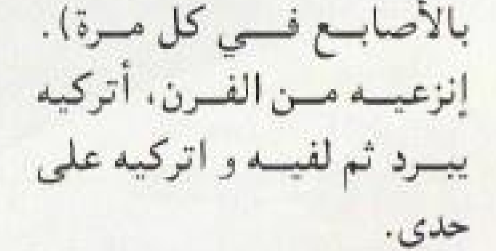
9- قدميها مرفوقة بصلصة الطماطم.

ملفوف السبانخ



- 3 ربطات سبانخ
- 200 غ جبن ذائب
- ½ كأس فرينة (سيم)
- 2 بيض
- 1 حربوش مرتديلا
- فلفل أسود
- ملح

التزيين :
- طماطم صغيرة



1- قطعي السبانخ إلى قطع صغيرة ثم اطهيها بالبخار. بعد الطهي، أعصريها ثم قطعيها إلى قطع صغيرة مرة أخرى.

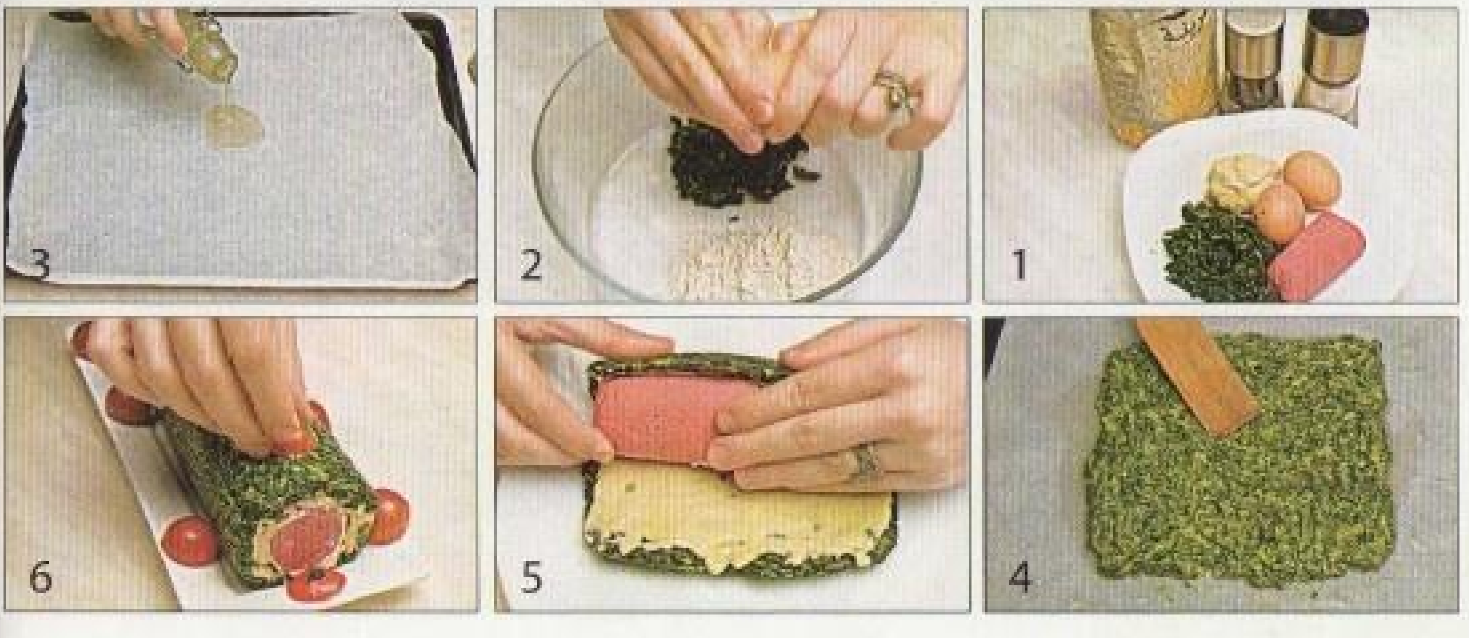
2- في وعاء، أخلطي الفرينة، السبانخ، البيض، الملح و الفلفل الأسود.

3- أفرشي صينية الفرن بالورق الكبريتي ثم ادهنيه بالزيت.

4- أبسطي عليه خليط السبانخ و سويه جيدًا بواسطة ملعقة خشبية مسطحة ثم اطهيها في الفرن حتى يجف الخليط (راقبي الطهي بالأصابع في كل مرة). إنزعيه من الفرن، أتركيه يبرد ثم لفيه و اتركيه على حدى.

5- أبسطي خليط السبانخ، أبسطي عليه طبقة من الجبن الذائب. ضعي حربوش المرتديلا على الحافة ثم لفيه و ضعيه في الثلاجة.

6- إنزعي الورق الكبريتي ثم زيني بحبات الطماطم الصغيرة و قدميه.



تارتات صغيرة بالبصل



العجينة :
- 200 غ فرينة (سيم)
- ¼ ملعقة صغيرة ملح
- 40 غ زبدة مقطعة إلى قطع
- 2 صفار بيض
- 4 ملاعق كبيرة ماء

الحشو :
- 30 غ زبدة
- 2 بصل مقطع رقيق
- 1 ورقة رند
- 2 أعراف زعيترة
- 160 مل كريمة طازجة
- 4 بيض
- 4 صفار بيض
- 1 قرصة جوزة الطيب مرحية
- ملح
- فلفل أسود



1- حضري المقادير اللازمة.

2- حضري العجينة : في وعاء، أخلطي الفرينة، الملح و الزبدة ثم أضيفي صفار البيض.

3- أفرغي الماء و اجمعي العجينة. غطيها بالورق الغذائي الشفاف و ضعيها في الثلاجة مدة 20 دقيقة.

4- في مقلاة، حمسي البصل في الزبدة مع الزعيترة، الرند و الملح حتى يصبح البصل ذهبي اللون.

5- في وعاء، أخلطي البيض الكامل، صفار البيض، جوزة الطيب، الكريمة الطازجة، الملح و الفلفل الأسود.

6- على طاولة عمل مرشوشة بالفرينة، أبسطي العجينة بسمك 2 مم ثم قطعي دوائر.

7- أفرشي دوائر العجينة في قوالب صغيرة مدهونة بالزبدة ثم ضعيها في الثلاجة مدة 10 دقائق.

8- أخرجيها من الثلاجة ثم ضعي طبقة من البصل المطهي.

9- غطيها بخليط البيض ثم اطهيها في الفرن مدة 12 إلى 15 دقيقة حتى يكسب السطح اللون الذهبي.

10- فور إخراجها من الفرن، إنزعيها من القوالب.

ملاحظة : يمكنك تعويض البصل بـ 200 غ فقاع مقطع ممزوج مع 1 ملعقة كبيرة عصير الليمون و مطهي مع 3 حبات بصل أخضر مقطع و 30 غ زبدة.

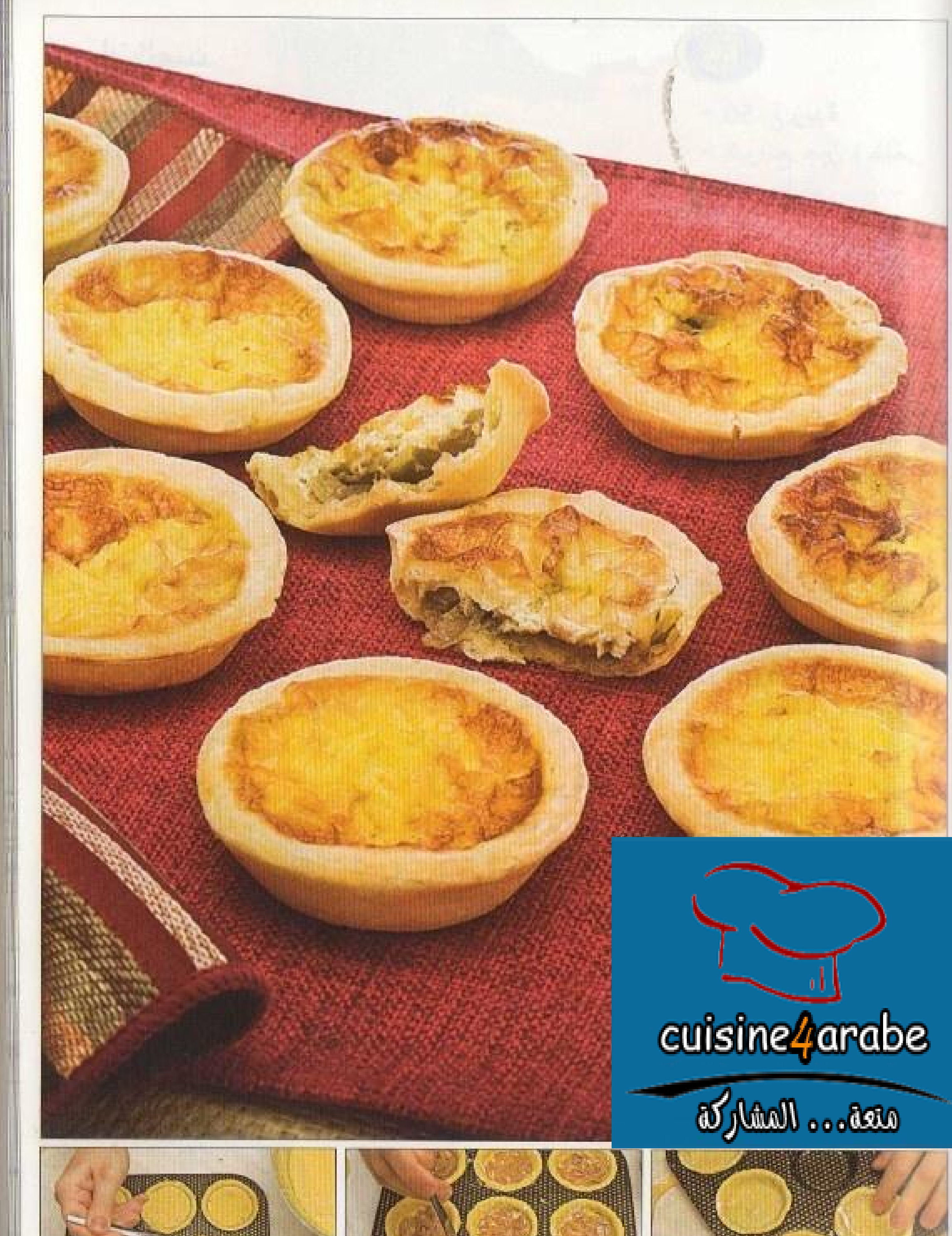















كروك السيد

- شرائح سلامي
- 100 غ غروويار مبشور
- لب الخبز
- 2 ملاعق كبيرة كريمة طازجة
- 50 غ زبدة
- شرائح جبن (خاص بالهامبرغر)

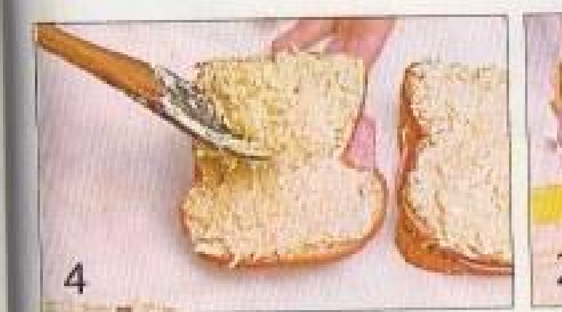
1- إطلي شريحة من لب الخبز بالزبدة. ضعي عليها شريحة من الجبن وعليها شريحة أخرى من السلامي.

2- ضعي عليها شريحة أخرى من لب الخبز مدهونة بالزبدة.

3- في وعاء، أخلطي الغرويار المبشور و الكريمة الطازجة.

4- إطلي طبقة من خليط الغرويار المبشور على السطح ثم اطهيها في فرن مسخن حتى يكسب السطح اللون الذهبي.





كروك السيدة




- لب الخبز
- 4 شرائح دجاج
- 150 غ غروويار مبشور
- 1 ملعقة صغيرة خردل
- 3 ملاعق كبيرة كريمة طازجة
- 100 غ زبدة
- 50 غ جبن ذائب
- ملح
- فلفل أسود

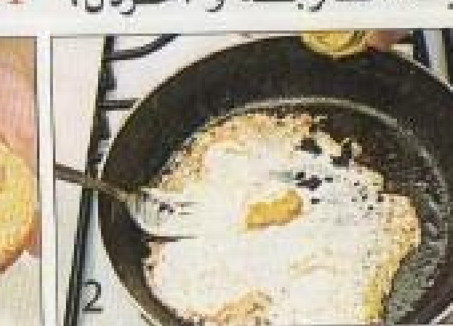
1- ذوبي نصف كمية الزبدة ثم إطهي شرائح الدجاج مع القليل من الزبدة، الملح و الفلفل الأسود. بعد الطهي، قطعيها إلى شرائح باتجاه الطول.

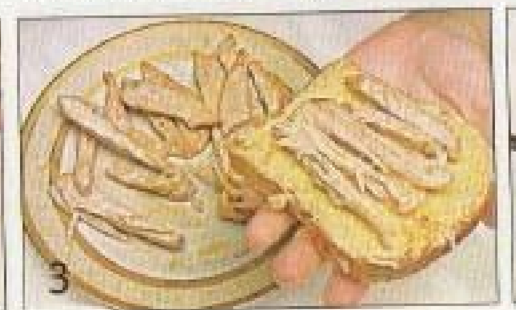
2- في نفس المقلاة، أفرغي الكريمة الطازجة و الخردل، أخلطيهما جيدًا.

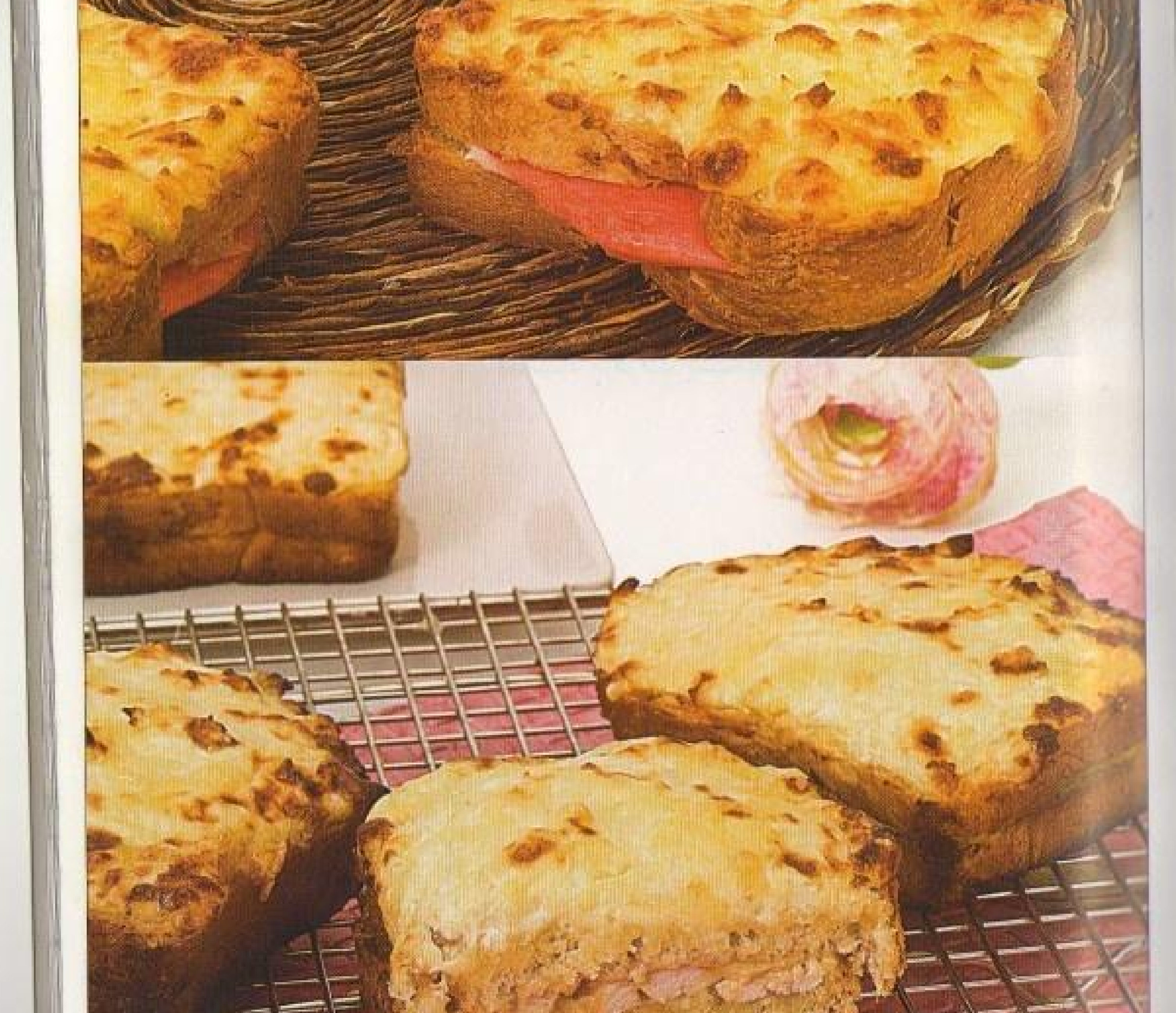
3- إطلي شرائح لب الخبز بالزبدة المتبقية. رتبي عليها شرائح الدجاج المقطعة. إطلي عليها القليل من خليط الكريمة الطازجة.

4- أخلطي الغرويار المبشور و الكريمة الطازجة.

5- غطيها بشريحة أخرى من لب الخبز المطلية بالزبدة. إطلي سطح لب الخبز بخليط الغرويار ثم اطهيها في فرن مسخن حتى تكسب اللون الذهبي.







سوفلي بالجبن

- 1 كيس عصيدة الموسلين (125 غ)
- 2 كؤوس ماء
- 1 كأس حليب
- 1 ملعقة كبيرة زبدة
- ملح
- جوزة الطيب
- 150 غ غرويار مبشور
- 6 بيض

1- حضري المقادير اللازمة.

2- في قدر صغيرة، أفرغي الحليب و الماء، أضيفي الملح، جوزة الطيب، الزبدة و مسحوق العصيدة، أخلطي بواسطة ملعقة خشبية، أتركيها تغلي.

3- إنزعي العصيدة عن النار، أتركيها تفتر ثم أضيفي صفار البيض و الغرويار المبشور، أخلطي بواسطة ملعقة خشبية مسطحة.

4- في وعاء آخر و بواسطة الخلاط الكهربائي، أخفقي بياض البيض كالثلج.

5- أضيفيه للعصيدة و حركي برفق بواسطة ملعقة خشبية مسطحة.

6- إملئي مولات صغيرة مدهونة بالزبدة بالخليط المتحصل عليه، ذريها بالجبن المبشور ثم اطهيها في فرن مسخن درجة حرارته 180° مدة 45 دقيقة.

7- قدميه مرفوقا بسلطة خضراء.



كروكات الأرز باللحم المرحي

- 440 غ أرز دائري
- 3 بيض
- 1 صفار بيضة
- 50 غ غروبار مبشور
- فرينة (سيم)
- خبز يابس مرحي
- زيت للقلي

الصلصة باللحم :
- 150 غ فقاع
- 1 ملعقة كبيرة زيت الزيتون
- 1 بصلة صغيرة مقطعة
- 125 غ لحم مرحي
- 2 ملاعق كبيرة طماطم مصبرة
- 100 مل ماء
- ½ ملعقة صغيرة زعيترة
- 3 ملاعق كبيرة معدنوس مقطع رقيق

1- غلي الأرز مدة 20 دقيقة في ماء مملح، قطريه دون أن تشلليه و اتركيه يبرد.

2- في وعاء، أخلطي الأرز، 1 بيضة، صفار البيضة و الغروبار المبشور، أخلطي حتى الحصول على خليط لاصق. غطيه و اتركيه على حدى.

3- حضري الصلصة باللحم : في مقلاة، حمسي البصل، الفقاع المقطع رقيق و الزيت مدة دقيقتين إلى ثلاث دقائق.

4- أضيفي اللحم المرحي ثم الطماطم المصبرة، كأس ماء، الزعيترة و الفلفل الأسود. حركي على النار حتى يتبخر السائل كليا.

5- أضيفي المعدنوس و اتركيها تبرد.

6- شكلي كريات من الأرز، إحفريها ثم ضعي في وسط كل واحدة الصلصة باللحم، شكلي الكريات مرة أخرى.

7- مرريها في الفرينة، إغطسيها في البيض المتبقي.

8- رمديها في الخبز اليابس المرحي و ضعيها في الثلاجة مدة 1 ساعة.

9- إقليها في زيت ساخن حتى تكسب اللون الذهبي.





ملفوف الباذنجان بالديك الرومي المرحي

- 4 باذنجان
- 1 فلفل أحمر حلو
- 1 طماطم
- 2 سنينات ثوم
- 1 ليمونة
- 1 بصلة خضراء مقطعة
- 2 ملاعق كبيرة زيت
- 200 غ ديك رومي مرحي (داند)
- معدنوس مقطع
- فلفل أسود
- ملح
- زيت للقلي

1- قطعي الباذنجان إلى شرائح باتجاه الطول، أتركيها تقطر ثم اقليها في زيت ساخن. قطريها على ورق ماص.

2- في مقلاة، حمسي البصل و الثوم المبشور في 2 ملاعق كبيرة زيت، أضيفي الديك الرومي المرحي، الملح و الفلفل الأسود. أتركيه يطهى.

3- أضيفي الطماطم و الفلفل الحلو المقطعين إلى قطع صغيرة ثم أفرغي عليها عصير الليمون، أتركيها تطهى حتى يتبخر السائل كليا. أطفئي النار ثم أضيفي المعدنوس المقطع، أخلطي كذلك.

4- ضعي القليل من الحشو على حافة شريحة الباذنجان.

5- لفيها و اغلقي على الحشو جيدًا.

6- ثبتيها بواسطة كوردون.









كريب محشية باللحم المرحي



الكريب :
- 3 بيض
- ½ لتر حليب
- ½ كأس زيت
- ½ كيس خميرة كيميائية
- 400 غ فرينة (سيم)

الحشو :
- 250 غ لحم مرحي
- 1 بصلة خضراء
- ½ ملعقة كبيرة كمون
- ½ ملعقة كبيرة فلفل أحمر
- ½ طاس فقاع
- 2 ملاعق كبيرة زيت
- 100 غ غرويار مبشور
- فلفل أسود، ملح

التزيين :
- جبن مبشور

1- حضري الكريب : بواسطة الخلاط الكهربائي، أخفقي البيض، الحليب و الزيت، أضيفي الفرينة و الخميرة. غطيها و اتركيها ترتاح مدة ساعة. في مقلاة مدهونة بالزيت، أفرغي غرافا من عجينة الكريب، إطهيها من الجانبين.

2- في مقلاة، حمسي البصل الأخضر المقطع في الزيت، أضيفي اللحم المرحي، الملح، الفلفل الأسود، الكمون و الفلفل الأحمر. أفرغي ½ كأس من الماء و اتركيه يطهى جيدًا.

3- أضيفي الفقاع المقطع و اتركيه يطهى مرة أخرى.

4- بعد الطهي، ضعي الخليط في وعاء ثم ارحي الكل بواسطة خلاط كهربائي.

5- ضعي حبات الكريب الواحدة على حافة الأخرى ثم أبسطي طبقة من الحشو المحضر.

6- لفي الكل حتى الحصول على حربوش.

7- قطعي دوائر ثم ضعيها على صينية فرن.

8- ذريها بالجبن المبشور ثم اطهيها في فرن متوسط (إطهي السطح فقط) مدة 10 دقائق.

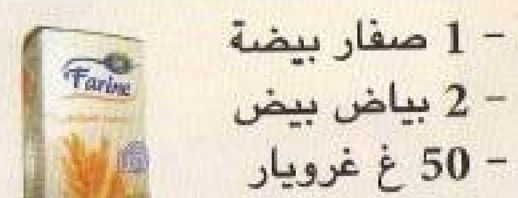








سوفلي بالقرنون



- 8 قاع قرنون
- 1 طاس صلصة البيشاميل (أنظر الصفحة 63)
- 1 صفار بيضة
- 2 بياض بيض
- 50 غ غرويار مبشور






- فلفل أسود
- ملح
- عصير ليمونة

1- غلي قاع القرنون في الماء مع عصير الليمون، قطريها ثم حضري المقادير الأخرى.

2- أضيفي الملح و الفلفل الأسود لقاع القرنون.

3- في وعاء، أخلطي صلصة البيشاميل و صفار البيضة.

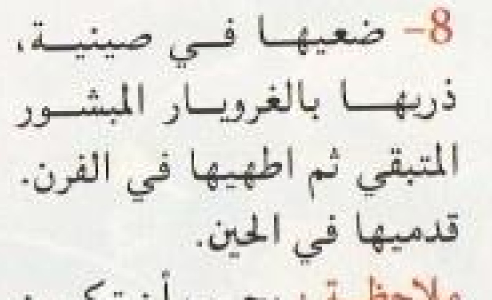
4- أضيفي نصف كمية الغرويار المبشور.

5- في وعاء آخر و بواسطة الخلاط الكهربائي، أخفقي بياض البيض كالثلج.

6- أضيفيه للخليط الأول و حركي برفق.

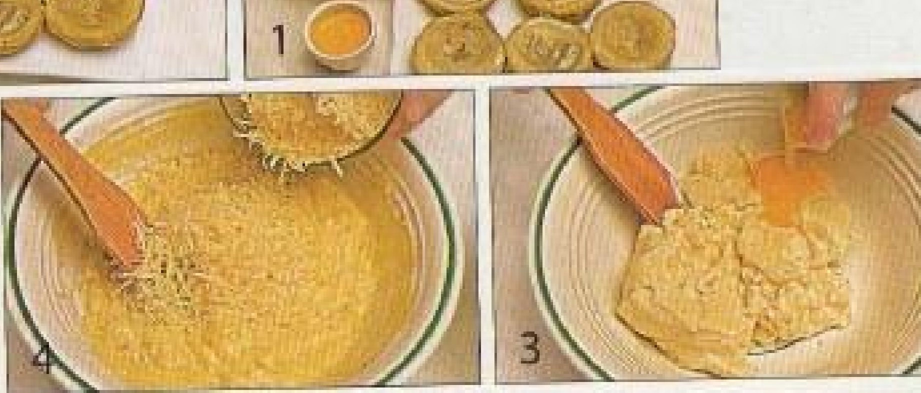
7- إملئي قاع القرنون بالخليط المحضر.

8- ضعيها في صينية، ذربها بالغرويار المبشور المتبقي ثم اطهيها في الفرن. قدميها في الحين.



ملاحظة : يجب أن تكون صلصة البيشاميل عاقدة.











بيزا صغيرة

العجينة :
- 250 غ فرينة (سيم)
- 1 ملعقة صغيرة خميرة خبز
- 3 ملاعق كبيرة زيت
- ½ كأس حليب
- 1 قرصة ملح

- ½ ملعقة صغيرة سكر مسحوق

صلصة الطماطم :
- 5 حبات طماطم حمراء
- 1 ملعقة كبيرة طماطم مصبرة
- 3 ملاعق كبيرة زيت
- 1 رأس ثوم
- زعيترة، رند
- فلفل أسود، ملح

التزيين :
- 150 غ فقاع
- 150 غ زيتون أسود
- 150 غ غرويار مبشور
- زيت الزيتون

1- حضري العجينة : حللي الخميرة في الحليب الدافئ مع السكر. في إناء، ضعي الفرينة، ضعي حفرة في الوسط ، أفرغي الخميرة، الزيت و الملح، إجمعي العجينة (أضيفي الماء إذا كان ذلك ضروريا). أتركيها تتخمر في مكان دافئ.

2- حضري صلصة الطماطم : إطهي الطماطم بالبخار ثم ارحيها. في طنجرة، ضعي الزيت، الثوم المسحوق، الرند، الزعيترة، الفلفل الأسود و الملح، حمسي جيدا ثم أضيفي الماء، الطماطم المسحوقة و الطماطم المصبرة. حركي على نار هادئة حتى الحصول على صلصة عاقدة.

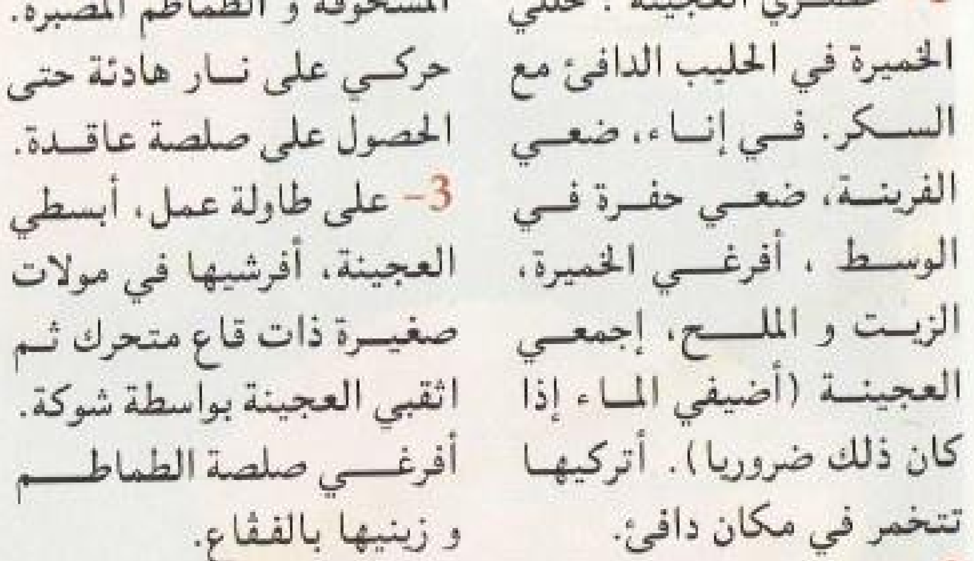
3- على طاولة عمل، أبسطي العجينة، أفرشيها في مولات صغيرة ذات قاع متحرك ثم اثقبي العجينة بواسطة شوكة. أفرغي صلصة الطماطم و زينيها بالفقاع.

4- زينيها بزيتونة سوداء في الوسط و ذريها بالغرويار المبشور.

5- ذريها بأعشاب البروفانس ثم اطهيها في الفرن.

6- فور إخراجها من الفرن، إسقيها بالقليل من زيت الزيتون.

ملاحظة : يمكن تعويض العجينة المحضرة بالعجينة المورقة.









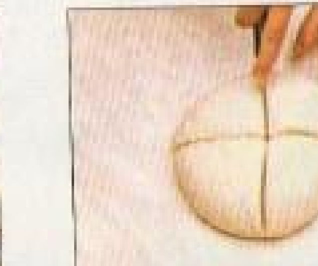
كيف تحضرين العجينة المورقة ؟

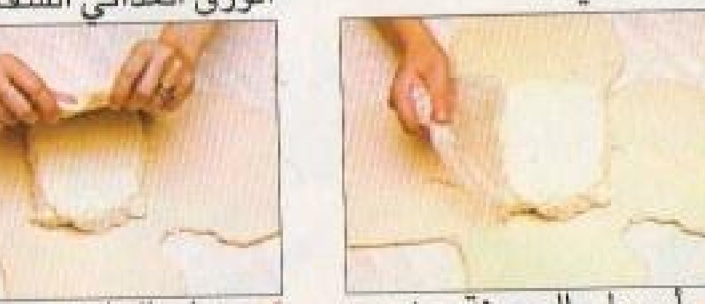
المقادير :
- **300 غ فرينة (سيم)**
- **150 غ مارغرين للتوريق**
- **½ كأس ماء، 1 قرصة ملح**


1– أخلطي الفرينة و الملح ثم اجمعي بالماء.


2– غطيها و اتركيها ترتاح مدة 15 دقيقة.


3– أبسطي المارغرين بين الورق الغذائي الشفاف


4– شلحي العجينة على شكل (+).


5– أبسطي العجينة و ضعي المارغرين على القاعدة

6– غطي المارغرين بالعجينة.


7– واصلي العملية.

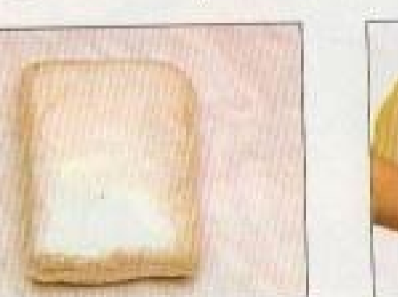

8– أبسطي العجينة.

9– إثني العجينة على ثلاثة.


10– تتحصلين على هذا الشكل.




11– أبسطي العجينة مرة أخرى.


12– تتحصلين على هذه العجينة.

ملاحظة : كرري العملية 5 مرات، دون النسيان في كل مرة أن تغلفي العجينة بالورق الغذائي الشفاف و أن تضعيها في الثلاجة مدة 30 دقيقة.

كيف تحضرين صلصة البيشاميل ؟

- **1 لتر حليب**
- **80 غ فرينة (سيم)**
- **80 غ زبدة**
- **1 ملعقة صغيرة جوزة الطيب**
- **50 غ جبن مبشور**
- **فلفل أسود**
- **ملح**


1– ذوبي الزبدة، أضيفي الملح و الفلفل الأسود.


2– أضيفي الفرينة و اخلطي.


3– أفرغي الحليب الساخن مع التحريك دائماً. أضيفي جوزة الطيب و الجبن المبشور.

ملاحظة : في الكيفيات المقدمة في هذا الكتاب، يمكنك تعويض الكريمة الطازجة بالياغورت الطبيعي.



Edition La Plume
Vous trouverez chez votre libraire dans la même Edition